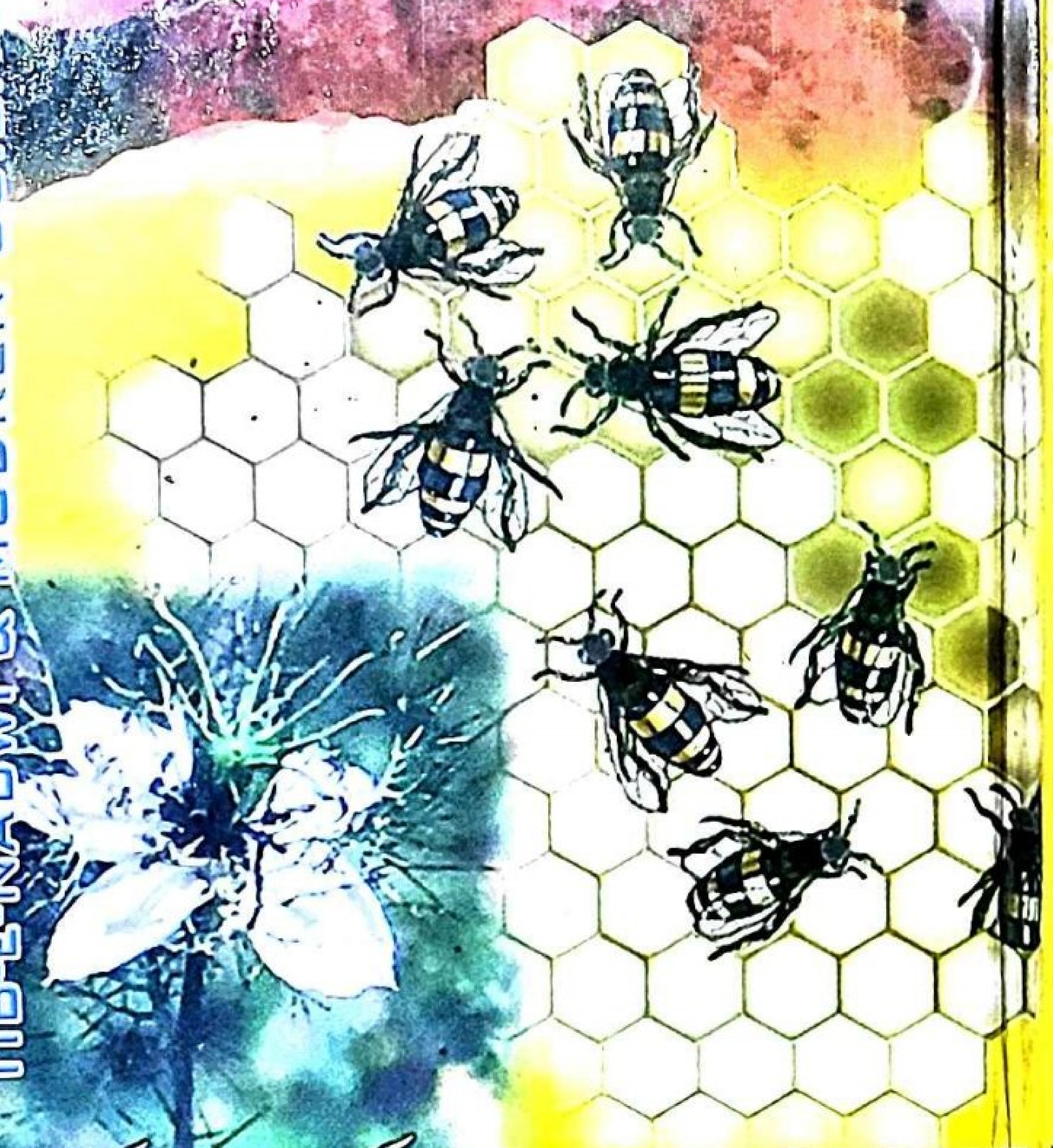
طب اسلامی اور جدید میڈیکل سائنس کی روشنی میں

کلونجی اور شہد سے علاج

Nigella-Seeds & Honey

TIB-E-NABWI & MODREN SCIENCE PERSPECTIVE



حکیم سیف اللہ سیکھو

کلونجی اور شہد سے علاج

تحقیق وتالیف: حکیم سیف اللہ سیکھو

حکیم سیف اللہ سیکھو کے علمی شاہکار

زبدۃ الحکماء حکیم سیف اللہ سیکھو وطن عزیز کے نامور حاذق طبیب اور ممتاز محقق ہیں۔ ان کی کارآمد اور بے مثال تحریروں کے مطالعے پر طب اسلامی اور جدید سائنسی علوم پر ان کی مکمل گرفت صاف دکھائی دیتی ہے۔ حکیم سیف اللہ سیکھو گذشتہ تین دہائیوں سے دکھی انسانیت کی مسیحائی کا مقدس فریضہ سرانجام دے رہے ہیں۔

انہوں نے اپنے علم، تجربے اور فہم ودانش کو بروئے کار لاتے ہوئے متعدد قیمتی کتب تحریر کیں جنہیں زبردست عوامی پذیرائی حاصل ہوئی۔ زیرنظر کتب ''کلونجی اور شہد سے علاج...... طب اسلامی اور جدید میڈیکل سائنس کی روشنی میں''، حکیم سیف اللہ سیکھو کی اعلیٰ و بہترین تحقیقی کاوش ہے جس سے ایک طرف تو نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ان ارشادت عالیہ کی طرف توجہ مبذول کرائی گئی ہے جو کہ کلونجی اور شہد کی افادیت اور شفائیہ اثرات کو اجاگر کرتے ہیں تو دوسری طرف امراض جسمانی کی بنیادی وجوہات اور تدارک کے سربستہ راز منکشف ہوتے ہیں۔

کتاب ہذا میں نہ صرف طب اسلامی سے استفادہ کا موقع ملتا ہے بلکہ جدید میڈیکل سائنس کی کئی بندگتھیاں بھی سلجھتی ہیں۔ یہ کتاب نہ صرف ہر عام وخاص کے لئے بہترین رہنما کی حیثیت رکھتی ہے بلکہ حکماء واطباء کے لئے امراض جسمانی جیسے وسیع موضوع پر ایک لاجواب دستاویز ہے۔ حکیم سیف اللہ سیکھو کی یہ تحقیق، صحت مند زندگی اور تندرستی کے لحاظ سے اعلیٰ مقام کی حیثیت رکھتی ہے جو کہ ایک اعتدال پسند معاشرے کے لئے نقش اول قرار دیا جا سکتا ہے۔

خزینہ علم وادب
الکریم مارکیٹ اردو بازار لاہور
فون: 7211468-7314169

طب اسلامی اور جدید میڈیکل سائنس کی روشنی میں

کلونجی
اور
شہد
سے علاج

تحقیق و تالیف

حکیم سیف اللہ سیکھو

خزینہ علم و ادب
الکریم مارکیٹ اردو بازار لاہور
فون: 7211468-7314169

Scanned with CamScanner

دیدہ زیب اور
خوبصورت کتب کا
واحد مرکز

ناشر
نذیر احمد، طاہر نذیر
اہتمام واشاعت
معاذ حسن

جملہ حقوق محفوظ ہیں

تحقیق و تالیف : حکیم سیف اللہ سیکھو
تزئین و آرائش : باسط منیر، مشتاق احمد
سال اشاعت : نومبر 2005ء
قیمت : /-

اِنتساب

محترم قاری حافظ
محمد انصر
کے نام

Scanned with CamScanner

سٹاکسٹ

مکتبہ رحمانیہ، اقرا سنٹر، اردو بازار لاہور 7355743
منیر برادرز، مین بازار جہلم، سعید بک بنک اسلام آباد
احمد بک کارپوریشن، اقبال روڈ، راولپنڈی
بخش بک ڈپو، اردو بازار، سیالکوٹ
چوہدری بک ڈپو، مین بازار، دینہ
اسلامک بک سنٹر، اردو بازار، کراچی
ضیاء القرآن پبلشرز، گنج بخش روڈ، لاہور
فرید پبلشرز، نزد مقدس مسجد، اردو بازار، کراچی
کتاب گھر، علامہ اقبال روڈ، راولپنڈی
نیو الیاس کتب محل کچہری بازار، جڑانوالہ
ادریس کتاب محل، مین بازار منڈی سمن آباد
عمر بک سنٹر جی ٹی روڈ سرائے عالمگیر 653057
چغتائی بک ڈپو ڈھڈیال آزاد کشمیر، اتفاق بک ڈپو بھوال
کوالٹی ڈیپارٹمنٹل سٹور کالج روڈ بوریوالا 3355889
شاہین بک ہاؤس منڈی بہاؤالدین
بختار سنز قصہ خوانی بازار، پشاور، بلال بک ڈپو، گجرات
الفضل کتاب گھر میرپور آزاد کشمیر
مسٹر بکس سپر مارکیٹ اسلام آباد 5-2278843
ذیشان بکس ستارہ مارکیٹ G-7 اسلام آباد 2204241
جہانگیر بک ڈپو، لاہور 042-7220897
سعد پبلی کیشنز 1st فلور میاں مارکیٹ لاہور 7122943
مسلم بک لینڈ، بینک روڈ، مظفر آباد
یونائیٹڈ بک ہاؤس کچہری روڈ منڈی بہاؤالدین
نیو وہاڑی کتاب گھر جناح روڈ، وہاڑی 62310
رحمٰن بک ہاؤس، اردو بازار کراچی
الکریم نیوز ایجنسی گول چوک، اوکاڑہ
شائلہ بک ایجنسی، محلہ چوہدری پارک، ٹوبہ ٹیک سنگھ
ڈار برادرز تحصیل بازار، جہلم، فضلی سنز اردو بازار کراچی
کھوکھر بک سٹال مسلم بازار، گجرات
مکتبہ رشیدیہ جنرل بکس کا مرکز، چکوال 0301-5785262

اسلامی کتب خانہ فضل الٰہی مارکیٹ لاہور 7223506
ہلال کاپی ہاؤس، لیاقت روڈ، میاں چنوں 662650
مکتبہ العلم ۱۸/۱۷۔ اردو بازار، لاہور 7211788
میاں ندیم، مین بازار، جہلم 0544-621126
دارالادب تلمبہ روڈ، میاں چنوں۔ الرحمت سٹیشنری ڈسکہ
اشرف بک ایجنسی، راولپنڈی
شمع بک ایجنسی، فیصل آباد۔ رضا لائبریری شاہ کوٹ
ہاشمی برادرز کتب و رسائل گوردت سنگھ روڈ، کوئٹہ
الیاس بک ڈپو جلال پور جٹاں۔ کاروان بک سنٹر بہاولپور
الاخوان القادری مسندی کارنر اندرون بوہڑ گیٹ ملتان
اسلامی کتب خانہ حافظ آباد۔ خان بک ڈپو، حافظ آباد
نظامی کتب خانہ، پاکپتن شریف۔ شکیل بک ڈپو سمندری
خالد کتاب محل اوگوکی، سیالکوٹ روڈ
لاثانی لائبریری ربوہ۔ زمان لائبریری ربوہ
سلیمی بک ڈپو، احمد پور شرقیہ۔ جالندھر بک ڈپو، ڈسکہ
بک ٹاؤن F-10 مرکز اسلام آباد 2299604
پاکستان بک ڈپو مین بازار، جلال پور جٹاں
کارنر سٹیشنری مارٹ مین بازار، کھاریاں 510274
کتاب نگر، حسن آرکیڈ ملتان کینٹ 061-510444
صابر بک سٹال نسبت روڈ، لاہور 7230780
کاروان بک سنٹر، ملتان کینٹ
گل قریش پبلی کیشنز لاہور 7320318
علم و عرفان پبلی کیشنز لاہور 7232336
علمی بک ہاؤس، لاہور
مشتاق بک کارنر لاہور، 7230350
عزیز سٹیشنری مارٹ، مین بازار، کھاریاں۔
کتاب سرائے، الحمد مارکیٹ اردو بازار، لاہور
سلطان بک پیلس گجرات۔ پنجاب بک ڈپو سرکلر روڈ، گجرات
حافظ بک ایجنسی اقبال روڈ، سیالکوٹ
جہانگیر بک ڈپو، گوالی لین نمبر 3، نزد مقدس مسجد، اردو بازار، کراچی 021-2765086

حسن ترتیب

ہماری زندگیوں میں غذا کی اہمیت

صفحہ نمبر 21 تا صفحہ نمبر 33

کھانے پینے کے آداب

چاندی کے مضرات کا بیان، پانی پینے کا بیان، دائیں جانب کا احترام، کھانے میں برکت کا بیان، ڈھانپنے اور بندش کا بیان، مہمانی و میزبانی کا بیان، حرام کو حلال بنانے کی ممانعت کا بیان، کھانے پینے کے اسلامی آداب

صفحہ نمبر 34 تا صفحہ نمبر 53

کلونجی کیا ہے؟

کلونجی کی شناخت کا طریقہ، کلونجی کے اجزائے ترکیبی، کلونجی کی مزاجی کیفیت، کلونجی کی مقدار خوراک کا تعین، کلونجی اور ارشادات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم، محدثین و محققین کے اقوال و مشاہدات اور کلونجی، قدیم و جدید اطباء و حکماء اور کلونجی، کلونجی کے مضر اثرات بھی مرتب ہو سکتے ہیں، مصلح..... کلونجی،

صفحہ نمبر 54 تا صفحہ نمبر 70

شہد اور اس کی اہمیت

شہد بطور ____ غذا، شہد کے اجزائے ترکیبی پر ایک نظر، کیمیائی اجزائے ترکیبی، اصلی شہد کی

Scanned with CamScanner

..شناخت، شہد کے استعمال کا تاریخی جائزہ، ''عسل النمل''، دنیا میں شہد کی مشہور قسمیں، شہد کی تاثیر و ماہیت، ماء العسل، شہد مصفٰا، شہد چھین خرج، شہد انگبیں خشک، شہد کی افادیت، معدنی نمکیات اور شہد، کیلشیم، میگنیشیم، پوٹاشیم، کلورین، آئرن یعنی فولاد،

صفحہ نمبر 71 تا صفحہ نمبر 131

ہمارا دماغ اور شہد اور کلونجی

ماء العسل بنانے کا طریقہ، مرض فالج کیا ہوتا ہے؟، معجونِ فالج کا پہلا نسخہ، معجون فالج کا دوسرا نسخہ، مرض بلغمی فالج اور شہد سے علاج، مرض فالج باردہ اور شہد سے علاج، سردی اور معدے کی خرابی سے ہونے والا فالج اور شہد سے علاج، مرض لکنتِ فالج اور شہد سے علاج، اثراتِ فالج اور شہد سے علاج، کمزوری اعصاب کا فالج اور شہد سے علاج، مرض اختناقِ فالج اور شہ سے علاج، معجون کلونجی برائے فالج، معجونِ کلونجی برائے لقوہ و فالج، فالج کا علاج، سعوطات نافعہ، مرض لقوہ کیا ہوتا ہے؟، شہد کی معجونِ لقوہ، مرض لقوہ اور شہد سے علاج، لقوہ کے لئے روغن کلونجی، معجونِ کلونجی برائے لقوہ، مرض نسیان کیا ہوتا ہے؟، معجون نسیان اور شہد سے علاج، نسخہ کلونجی، تقویت دماغ کے لئے، نسخہ کلونجی، قوتِ حافظہ کے لئے، نسخہ کلونجی، دماغی کمزوری کے لئے، مرض رعشہ کیا ہوتا ہے؟، مرض رعشہ اور شہد سے علاج، نسخہ کلونجی، رعشہ کے لئے، مرض تشنج اور مرض استرخاء کیا ہوتا ہے؟، مرض تشنج اور شہد سے علاج، مرض کزاز کیا ہوتا ہے؟، مرض کزاز اور شہد سے علاج، نسخہ کلونجی، کزاز کے لئے، نسخہ کلونجی اول، درد شقیقہ (آدھے سر کا درد) کے لئے، نسخہ کلونجی دوم، درد شقیقہ کے لئے، نسخہ کلونجی سوم، درد شقیقہ کے لئے، نسخہ کلونجی چہارم، درد شقیقہ کے لئے، اعصاب کی کمزوری کے لئے، اعصابی تناؤ کے لئے، کلونجی سر کے امراض کے لئے، ذہنی کوفت اور کھچاوٹ کے لئے، نسخہ کلونجی اول، جملہ امراض باردہ کے لئے، نسخہ کلونجی دوم، جملہ امراض باردہ کے لئے، نسخہ کلونجی سوم، جملہ امراض باردہ کے لئے،

صفحہ نمبر 132 تا صفحہ نمبر 153

ہمارا دل اور شہد اور کلونجی

دل کا بیٹھنا اور شہد کی کرشمہ سازی، شہد بطور مسکنِ قلب، شہد سے زیادتی دھڑکن کا شافی علاج، شہد سے غشی قلب کا شافی علاج، جوارشِ قلب، کلونجی سے اختلاج القلب کا شافی علاج، کلونجی سے تنگی شریان خون کا شافی علاج، کلونجی سے انجائنا کا علاج، نسخہ اول، کلونجی سے انجائنا کا علاج، نسخہ دوم، کلونجی سے انجائنا کا علاج نسخہ سوم، کلونجی سے بلڈ پریشر نارمل، کلونجی سے خفقان بارد اور حار کا علاج، کلونجی سے خون کی نالیوں سے کولیسٹرول کا اخراج، کلونجی سے دل کا ڈوبنا۔ خوف کھانا وحشت وغیرہ کا علاج، کلونجی ضعف دل کے لئے، کلونجی کولیسٹرول کو نکالنے کے لئے،

صفحہ نمبر 154 تا صفحہ نمبر 161

ہمارا جگر اور شہد اور کلونجی

مرض استسقائے آبی اور شہد سے علاج، مرض استسقائے طبلی اور شہد سے علاج، ضعفِ جگر اور شہد سے علاج، جگر و تلی کے سدے اور شہد سے علاج، جگر کی سردی اور شہد سے علاج، مرض ورم

جگر اور شہد سے علاج، مرض بادِ جگر اور شہد سے علاج، تقویت جگر اور شہد وکلونجی، جگر کا بڑھ جانا اور کلونجی سے علاج، جگر کے بڑھ جانے کی وجہ سے کھانسی کا آنا اور کلونجی سے علاج، جگر کے محدب ومقعر حصوں کے سدے اور کلونجی سے علاج، جگر میں چربی اور غیر ضروری رطوبات بننے اور جمنے سے روکنا، ضعف جگر اور کلونجی سے علاج، حنا کلونجی اور یرقان کا نسخہ، جگر کی کمزوری کے لئے نسخہ کلونجی، شربت کلونجی برائے اصلاح جگر، نسخہ کلونجی برائے سرطانِ جگر، نسخہ کلونجی اول، طحال کے لئے، نسخہ کلونجی دوم، طحال کے لئے، نسخہ کلونجی سوم، طحال کے لئے، مرض طحال اور شہد سے علاج، تلی کا بڑھنا،

صفحہ نمبر 162 تا صفحہ نمبر 173

ہمارا معدہ اور شہد اور کلونجی

درد معدہ اور شہد سے علاج، شہد سے ناسور معدہ کا شافی علاج، شہد سے امعاء معدہ کا شافی علاج، شہد سے ورم معدہ کا شافی علاج، دوسرا نادر نسخہ، مرض نفاخ معدہ اور شہد سے علاج، مرض آماس معدہ اور شہد سے علاج، مرض جوع البقر اور شہد سے علاج، گیس، اپھارہ، بدہضمی اور کھٹے ڈکار اور شہد سے علاج، شہد اور بلغمی وصفراوی بدہضمی، جملہ امراضِ معدہ اور شہد سے علاج، معدہ کے جملہ امراض اور شہد سے علاج، نسخہ کلونجی درد معدہ کے لئے، نسخہ کلونجی السر معدہ وامعاء کے لئے، نسخہ کلونجی برائے تبخیر معدہ، نسخہ کلونجی برائے تقویت معدہ، نسخہ کلونجی پیٹ کے درد کے لئے، نسخہ کلونجی برائے ریاح وگیس، نسخہ کلونجی ریح شکن (گیس کلر)، نسخہ کلونجی بھوک کی کمی کے لئے،

نسخہ کلونجی برائے دیدان الجوف، تیزابیت اور دوسری پیٹ کی تکالیف کے لئے کلونجی کا علاج، نسخہ کلونجی برائے ضعف ہضم، نم معدہ کی درد کے لئے نسخہ کلونجی، کثرت تیزابیت اور کھٹے ڈکاروں کے لئے کلونجی کا علاج، نسخہ کلونجی گیس اور اپھارہ کے لئے، گیس اور ریاح کا کلونجی سے علاج، کاسر ریاح نسخہ کلونجی،

صفحہ نمبر 174 تا صفحہ نمبر 187

ہماری آنتیں اور شہد اور کلونجی

قبض کیا ہوتی ہے؟، عمومی قبض کا شہد سے شافی علاج، مرض قبض خشک اور شہد سے علاج، مرض قبض خشک کا ایک سادہ نسخہ، مرض دائمی قبض اور شہد سے علاج، مرض سیلان اللعاب اور بلغمی قبض اور شہد سے علاج، فربہ بدن افراد کی قبض دور کرنے کا نسخہ کلونجی، کلونجی سے قبض کا علاج، دائمی قبض کے لئے نسخہ کلونجی، دبلے پتلے بدن والے افراد کی قبض کے لئے نسخہ کلونجی، مرض بواسیر کیا ہوتا ہے؟ مسوں کی جلن اور شہد سے علاج، مرض خونی بواسیر اور شہد سے علاج، مرض خونی بواسیر تر وخشک کا شافی علاج، مرض خونی بواسیر تر اور شہد سے علاج، مرض بادی وخونی بواسیر اور شہد سے علاج، مرض خونی و بادی بواسیر کے لئے، مرض خونی بواسیر خشک اور شہد سے علاج، ہر قسم کی بواسیر اور شہد سے علاج، دوسرا بہترین نسخہ، مرض بواسیر بلغمی اور شہد سے علاج، بواسیر کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، مرہم کلونجی برائے بواسیر، علاج بواسیر، مرض ورم امعاء (قولون) اور شہد سے علاج، مرض کرم امعاء اور شہد سے علاج، مرض کرم آنت وشکم اور شہد سے علاج، نسخہ کلونجی چھوٹی آنت کے السر کے لئے، انتڑیوں

Scanned with CamScanner

کے کیڑوں کے لئے کلونجی کا علاج، انتڑیوں کے زخم کے لئے نسخہ کلونجی، بڑی آنت کے ورم کے لئے نسخہ کلونجی، پیٹ کے کیڑوں کا کلونجی سے علاج، کرم شکم کے لئے نسخہ کلونجی، کرم شکم کے لئے کلونجی کا علاج، مرض اسہال جملہ قسم اور شہد سے علاج، استسقاء کی تشریح، مرض استسقاء کے لئے کلونجی کا علاج، کلونجی سے پیچش کا شافی علاج، ''زحیر کاذب'' پیچش سدے والی کا علاج کلونجی سے،

صفحہ نمبر 188 تا صفحہ نمبر 207

ہمارے پھیپھڑے اور شہد اور کلونجی

کھانسی کیا ہوتی ہے؟، بلغمی کھانسی کیا ہوتی ہے؟، بلغمی کھانسی اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، بلغمی کھانسی کا کلونجی سے علاج، کلونجی کھانسی اور بلغم کے لئے، گاڑھی بلغم کو پتلا کر کے نکالنے کے لئے نسخہ کلونجی، بلغم، ریشہ اور بے قراری کے لئے نسخہ کلونجی، بلغمی سدوں کے لئے شربت کلونجی، شربت کلونجی سعال خاص، سینے سے جمی بلغم کو نکالنے کا نسخہ کلونجی، خشک کھانسی کا بیان، خشک کھانسی اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، خشک کھانسی کا کلونجی سے علاج، موسمی کھانسی کیا ہوتی ہے؟، موسمی کھانسی اور شہد سے علاج، کالی کھانسی کا کلونجی سے علاج، نزلی کھانسی کی تشریح، نزلی کھانسی کا کلونجی سے علاج، ضیق النفس کیا ہوتا ہے؟، مرض دمہ اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، چوتھا نسخہ، پانچواں نسخہ، چھٹا نسخہ، ساتواں نسخہ، آٹھواں نسخہ، نواں نسخہ، مرض بلغمی کھانسی و دمہ اور شہد سے علاج، مرض خشک دمہ اور شہد سے علاج، مرض بلغمی دمہ اور شہد سے علاج، مرض تر و بلغمی دمہ اور شہد سے علاج، دمہ کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، بلغمی دمہ کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، سانس کی تنگی کے لئے نسخہ کلونجی، سل کیا ہوتا ہے؟، مریض کے لئے خاص ہدایت، مرض سل اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، سل و دق، کھانسی اور دمہ کے لئے نسخہ کلونجی، ذات الجنب کیا ہوتا ہے؟، ذات الجنب اور شہد سے علاج، ضیق الریہ کے لئے نسخہ کلونجی، ذات الریہ کیا ہوتا ہے؟، ذات الریہ (نمونیا) اور شہد سے علاج، کلونجی سے بخار کا علاج، کلونجی سے میعادی بخار کا علاج، کلونجی سے ملیریا بخار کا علاج، کلونجی سے گردن توڑ بخار کا علاج،

صفحہ نمبر 208 تا صفحہ نمبر 230

گردہ و مثانہ اور شہد اور کلونجی

مرض درد گردہ اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، مرض بندش پیشاب اور شہد سے علاج، مرض ریگ گردہ اور شہد سے علاج، مرض ضعف گردہ اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، مرض درد و پتھری گردہ اور شہد سے علاج، مرض ضعف گردہ و مثانہ اور شہد سے علاج، مرض بثور و قرحہ گردہ اور شہد سے علاج، گردوں کے سدے اور شہد سے علاج، گردوں کی فاضل چربی اور شہد سے علاج، مرض درد ریح گردہ اور شہد سے علاج، اخراج پتھری کے لئے نسخہ کلونجی، اخراج دیدان کے لئے نسخہ کلونجی، التہاب گردہ کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، گردے اور مثانہ کی پتھریوں کا کلونجی سے علاج، پیشاب کی جلن کے لئے نسخہ کلونجی، پیشاب کی رکاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی، پیشاب کی کمی کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، گردوں کی صفائی اور بلڈ یوریا کا اخراج کے لئے نسخہ کلونجی، گردے مثانے کی پتھری کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، نسخہ کلونجی برائے سلسل البول، نسخہ کلونجی برائے درد پتہ، پتے کی پتھری کے لئے نسخہ ہائے کلونجی،

صفحہ نمبر 231 تا صفحہ نمبر 241

Scanned with CamScanner

ہماری جلد اور شہد اور کلونجی

پتّی کی تشریح، مرض پتّی اور شہد سے علاج، خارش کیا ہوتی ہے؟، شہد سے خارش کا علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، خارش کے لئے نسخہ کلونجی، خارش اور حرارۃ لطیفہ کے لئے نسخہ کلونجی، سکن الرجی کے لئے نسخہ کلونجی، پرانے جلدی زخموں کے لئے کلونجی مرہم شفاء، جلدی امراض کے لئے اکسیر کلونجی، چھالوں کے لئے نسخہ کلونجی، زخم کا ثعلبہ کے لئے نسخہ کلونجی، کلونجی سے زخم کا علاج، زہریلے جانوروں کا کاٹنا اور کلونجی کا علاج، نسخہ کلونجی برائے سرطان جلد، محلل اورام کے لئے نسخہ کلونجی، مرہم کلونجی، مسہ ختم کرنے کے لئے نسخہ کلونجی، کلونجی سے اگزیما کا علاج، ران اور جانگھ کی سوزش کے لئے نسخہ کلونجی، بلغمی ورم اور خارش کے لئے نسخہ کلونجی، مہاسوں کی تشریح، چہرے کے کیل اور مہاسوں کے لئے نسخہ کلونجی، برص کی تشریح، برص کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، برص اور بہق کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، برص اور بہق کے لئے ضمادِ کلونجی، برص اور سفید وسیاہ چھائیوں کا کلونجی سے علاج، مرض چیچک کیا ہوتا ہے؟، مرض چیچک اور شہد سے علاج، داد کیا ہوتی ہے؟، مرض داد اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، داد کے لئے نسخہ کلونجی، جلد کے داغ اور شہد سے علاج، قروحہ جلد اور شہد سے علاج، چوٹ کا نیل اور شہد سے علاج، پھپھوندی کے لئے نسخہ کلونجی،

صفحہ نمبر 242 تا صفحہ نمبر 257

جوڑوں کے مسائل اور شہد اور کلونجی

وجع المفاصل کیا ہے؟، مرض وجع مفاصل کے لئے، عرق النساء کا بیان، عرق النساء اور شہد سے علاج، التہاب المفاصل کے لئے نسخہ کلونجی، جسمانی جوڑ اور پٹھوں کا کلونجی سے علاج، جوڑ اور اعصاب کا کلونجی سے علاج، جوڑوں کے ورم کے لئے نسخہ کلونجی، جوڑوں کے درد کے لئے نسخہ کلونجی، جوڑوں میں درد ریح کے لئے نسخہ کلونجی، جوڑوں کی کھچاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی، جوڑوں کے درد اور ریاح کے لئے نسخہ کلونجی، کلونجی سے دردِ پیٹھ کا علاج، درد کمر اور گنٹھیا کے لئے نسخہ کلونجی، کمر کے درد اور دوسرے اقسام کے گنٹھیا کے لئے نسخہ کلونجی،

صفحہ نمبر 258 تا صفحہ نمبر 263

مردانہ امراض اور شہد اور کلونجی

قوت باہ اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، چوتھا نسخہ، پانچواں نسخہ، چھٹا نسخہ، ساتواں نسخہ، آٹھواں نسخہ، کمزوری مردی اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، چوتھا نسخہ، پانچواں نسخہ، ضعف باہ کے لئے نسخہ کلونجی، کلونجی حب شباب، کلونجی روغن شفاء، عام کمزوری کے لئے نسخہ کلونجی، قوت باہ کے لئے نسخہ کلونجی، قوت رجولیت کے لئے نسخہ کلونجی، قوتِ مدافعت بڑھانے کے لئے نسخہ کلونجی، مرض سوزاک کیا ہوتا ہے؟، سوزاک اور شہد سے علاج، سوزاک کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، جریان کیا ہوتا ہے؟، جریان اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، چوتھا نسخہ، جریان کے لئے نسخہ کلونجی، مرض احتلام کیا ہوتا ہے؟، احتلام کے لئے نسخہ کلونجی، احتلام اور شہد سے علاج، سرعت انزال اور شہد سے علاج، طلاء کیا ہوتا ہے؟

صفحہ نمبر 264 تا صفحہ نمبر 281

Scanned with CamScanner

متفرق جنسی امراض کا کلونجی سے علاج

خصیوں کے لئے، سستی کا علاج، سستی اور بے دلی کے لئے، ضعف تناسل کے لئے، طلاء مقوی، بوڑھے افراد کی سرد مزاجی اور کمزوری کا علاج،

صفحہ نمبر 282 تا صفحہ نمبر 283

زنانہ امراض اور شہد اور کلونجی

رحم کیا ہوتا ہے؟، خصیہ رحم کیا ہوتا ہے؟، پستان کیا ہوتا ہے؟، سیلان الرحم کیا ہوتا ہے؟، سیلان الرحم، کمر کا درد اور رحم کی کمزوری کے لئے نسخہ کلونجی، مرض سیلان الرحم اور شہد سے علاج، اسقاط الرحم کی تشریح، اسقاط حمل کے لئے، استحاضہ الرحم کیا ہوتا ہے؟، شہد، استحاضہ الرحم کے لئے، استحاضہ الرحم یا کثرت حیض کے لئے نسخہ کلونجی، مرض استحاضہ کے لئے نسخہ کلونجی، ثبور الرحم کیا ہوتا ہے؟، ثبور الرحم اور شہد سے علاج، حیض کا تنگی سے آنا اور کلونجی سے علاج، قروح الرحم کیا ہوتا ہے؟، قروح الرحم اور شہد سے علاج، قروح الرحم کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، ورم الرحم کیا ہوتا ہے؟، ورم الرحم اور شہد سے علاج، ورم الرحم اور شہد سے علاج، اختناق الرحم (ہسٹیریا) کیا ہوتا ہے؟، اختناق الرحم کے لئے، درد حیض کے لئے نسخہ کلونجی، بانجھ پن کیا ہوتا ہے؟، بانجھ پن اور شہد سے علاج، بانجھ پن کے لئے نسخہ کلونجی، کلونجی سے بانجھ پن کا علاج، احتباس الطمث کیا ہوتا ہے؟، احتباس الطمث اور شہد سے علاج، احتباس ال طمث کی تشریح، بندش کے لئے نسخہ کلونجی، حیض کی رکاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی، پیشاب کی جلن ورکاوٹ اور ماہواری کی بندش کے لئے نسخہ کلونجی، حیض کے لئے نسخہ کلونجی، ولادت کے بعد بڑھے ہوئے پیٹ کو کم کرنے کے لئے نسخہ کلونجی، کمزور اور لاغر خواتین کی صحت کی بحالی کے لئے نسخہ کلونجی، کم ہمتی اور بدن کی تھکاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی، کلونجی کا مقوہ نسخہ، دودھ کی کمی کے لئے نسخہ ہائے کلونجی،

صفحہ نمبر 284 تا صفحہ نمبر 303

ذیابیطس اور شہد اور کلونجی

کثرتِ پیشاب، شدت پیاس، زیادتی اشتہاء، نقاہت، کمی وزن، خارش، پھوڑے پھنسیاں، انسولین کا استعمال، اس وقت دو قسم کی انسولین زیر استعمال ہے، ذیابیطس کا مریض اپنی مدد خود کیسے کرسکتا ہے؟، ذیابیطس اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، چوتھا نسخہ، پانچواں نسخہ، ذیابیطس کے لئے نسخہ ہائے کلونجی، زیادتی شکر کے لئے نسخہ کلونجی، شوگر کے کنٹرول کے لئے نسخہ ہائے کلونجی.

صفحہ نمبر 304 تا صفحہ نمبر 314

مختلف بیماریوں میں کلونجی کی افادیت

بچھو کے کاٹنے کے لئے، تمام امراض سے بچاؤ کے لئے، جملہ امراض کے لئے مجرب علاج، چھالوں کے لئے، دردسر (پرانا بلغمی) کا علاج، زہریلے کیڑوں کو بھگانے کے لئے، سردی کا علاج، سرطان ''کینسر'' کے مریضوں کے لئے، عرق کلونجی بنانا، فشار خون، کوڑھ اور جذام، گھر سے کیڑے مکوڑوں کو بھگانا، مرگی کے لئے، متلی اور قے کے لئے، معجون المتقی، موٹاپے کا علاج،

صفحہ نمبر 315 تا صفحہ نمبر 318

Scanned with CamScanner

مختلف بیماریوں میں شہد کی افادیت

شہد اور امراضِ ناک، نزلہ و زکام کیا ہوتا ہے؟، زکام اور شہد سے علاج، سردی کے نزلہ وزکام اور شہد سے علاج، نزلہ وبائیہ (انفلوئنزا) کیا ہوتا ہے؟، مرض نزلہ بلغمی اور شہد سے علاج، مرض نزلہ بادیہ اور شہد سے علاج، شہد اور ہمارے دانت، دانت درد اور شہد سے علاج، ہلتے دانت اور شہد سے علاج، مسوڑھوں کا خون اور شہد سے علاج، شہد اور منہ کی حفاظت، حلق کی سوزش اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، حلق کا ورم اور شہد سے علاج، حلق کے جملہ امراض اور شہد سے علاج، حلق کا زخم اور شہد سے علاج، حلق کی سوزش و ورم اور شہد سے علاج، حلق کا بلغم اور شہد سے علاج، دردِ حلق اور شہد سے علاج، بیٹھا ہوا گلا اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، بھدی آواز اور شہد سے علاج، خناقِ حلق اور شہد سے علاج، حلق و منہ کے چھالے اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، شہد اور حسن و صحت، چہرے کی جلد کی حفاظت اور شہد کا استعمال، سادہ طریقہ، شہد سے میک اپ اتارنے کا طریقہ، مہاسے کیا ہوتے ہیں؟، چھائیوں اور مہاسوں کا شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، جھریوں سے نجات کا آزمودہ ہوالشافی، شہد کی کریم بنانے کا طریقہ، شہد اور کان کے امراض، ریاحی درد اور شہد سے علاج، مرض بھنبھناہٹ اور شہد سے علاج، مرض زخم کان اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، ناسورِ کان اور شہد سے علاج، شہد اور تولید خون، پلازمہ کیا ہوتا ہے اور اس کے افعال کیا ہیں؟، خلیات کیا ہیں؟، سرخ خلیات کیا ہوتے ہیں، سفید خلیات کیا ہوتے ہیں، تھرامبوسائٹ کیا ہوتا ہے؟، خون میں خرابیاں کیا ہوتی ہیں؟، آتشک کیا ہوتی ہے؟، ابتدائی آتشک اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، جذام کیا ہوتا ہے؟، جذام اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، خنازیر کیا ہوتا ہے؟، خنازیر اور شہد سے علاج، فساد خون اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، شہد اور امراضِ چشم، مرض ضعف بصر کیا ہوتا ہے؟، عمدہ بینائی چشم اور شہد سے علاج، مرض ضعفِ چشم اور شہد سے علاج، مرض نزول الماء کیا ہوتا ہے؟، مرض نزول الماء اور شہد سے علاج، معجون نزول الماء، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، مرض آشوب چشم اور شہد سے علاج، رتوندھی کیا ہوتی ہے؟، مرض رتوندھی اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، مرض آشوب چشم کیا ہوتا ہے؟، مرض آشوبِ چشم اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، مرض موتیا بند کیا ہوتا ہے؟، مرض موتیا بند ابتدائی اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، مرض درد چشم اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، تیسرا نسخہ، آنکھ کے پرانے امراض اور شہد سے علاج، دوسرا نسخہ، حفاظت چشم اور شہد سے علاج، پھولا، دھند اور جالا اور شہد سے علاج،

صفحہ نمبر 319 تا صفحہ نمبر 372

رسول اکرم ﷺ کے پسندیدہ کھانے، پھل اور مشروبات

صفحہ نمبر 373 تا صفحہ نمبر 381

خوشبویاتِ نبوی صلی اللہ علیہ وسلم

خوشبو کے بارے میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی عاداتِ مبارکہ، پسندیدہ خوشبو، گلاب،

ریحان تلسی، مشک، مہندی کے پھولوں کی خوشبو (حنا)، کیوڑہ، خوشبو کے ذریعہ حفظان صحت کی بابت ہدایات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم

صفحہ نمبر 382 تا صفحہ نمبر 386

طب نبوی صلی اللہ علیہ وسلم میں مباشرت کے اعلیٰ قوانین

مباشرت سے پہلے کے آداب، جماع کا بہترین وقت اور دیگر زریں اصول، مضرت رساں جماع

صفحہ نمبر 387 تا صفحہ نمبر 400

پیش لفظ

اس میں کوئی شک نہیں کہ میڈیکل سائنس دورِ حاضر میں ترقی کی ایسی ایسی منازل طے کر چکی ہے جو انسانیت کے لئے باعث فخر ہی نہیں باعث حیرت بھی ہیں، لیکن یہ بھی ایک سچ ہے کہ طب کے حوالے سے انسان جتنی ترقی کرتا ہوا نظر آتا ہے، حفظانِ صحت کے حوالے سے وہ اتنا ہی پیچھے رہ گیا ہے۔ آج کے انسان کو بیماریوں کے علاج کے بارے میں نئے نئے کیمیاوی مادوں اور ادویات کے بارے میں تو بخوبی علم ہے لیکن بیماریوں سے محفوظ رہنے کے معاملے میں قدرتی اغذیہ سے اس کی ناآشنائی افسوسناک حد تک کم ہے۔ یہی وجہ ہے کہ تمام تر ترقی کے باوجود آج بھی انسانی صحت کے مسائل پر پوری طرح قابو پانا تو درکنار، ان کی چیرہ دستیاں اب حد اعتدال سے تجاوز کرتی ہوئی نظر آ رہی ہیں۔

بیماریوں کے اس طرح عام ہونے کے سلسلے میں سارا قصور ہمارا اپنا ہی ہے۔ ہم خود ہی اس فطری طرزِ حیات سے بیگانہ ہو چکے ہیں جو دین فطرت نے ہمیں ایک صحتمند اور امراض سے پاک زندگی گزارنے کے ضمن میں سکھایا تھا۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ آج ہم نے اپنے دین کو چند فرض عبادات اور بنیادی ارکان کا مجموعہ بنا کر رکھ چھوڑا ہے اور یہ بھول ہی گئے ہیں کہ اگر اسلام کو ایک مکمل ضابطہ حیات کہا جاتا ہے تو بے وجہ نہیں کہا جاتا، خدائے پاک کا نازل کردہ یہ آخری دین حقیقی معنوں میں ہماری زندگی کے تمام پہلوؤں کا احاطہ کرتا ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی سیرتِ پاک کا مطالعہ کیا جائے تو جہاں ہمیں اپنی آخرت سنوارنے کے بہت سے اصول مہیا ہوتے ہیں، وہی اپنی دنیاوی زندگی کو خوشگوار اور پُرسکون بنانے کے بھی بہت سے طریقوں کا علم ہوتا ہے۔ سونے جاگنے، اٹھنے بیٹھنے، کھانے پینے اور اوڑھنے پہننے، غرض ہر معاملے میں رسول پاک صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایسے جامع اور مفید اصول مرتب فرمائے ہیں کہ جن پر عمل کرنے سے نہ صرف ہم اپنی زندگی کے گوشے گوشے کو سنت رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پیروی کا نمونہ بنا سکتے ہیں بلکہ صحت کے بنیادی مسائل

Scanned with CamScanner

سے نجات حاصل کر کے ایک پُر مسرت اور تندرست معاشرے کی تشکیل بھی کر سکتے ہیں۔

کھانے پینے کے معاملات اس ضمن میں خصوصی توجہ کے حامل ہیں کیونکہ زیادہ تر امراض کی جڑیں اس شعبہ میں کی جانے والی بے اعتدالیوں میں پوشیدہ ہوتی ہیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ہمیں بڑے واضح انداز میں بتایا ہے کہ کھانا کیسے کھایا جاتا ہے، پانی کیسے پیا جاتا ہے، آرام کرنے کے لئے کون سا طریقہ اور کون سا وقت مناسب ہے اور کام و دہن کی لذت کے سامان کے ساتھ ساتھ جسمانی تندرستی کا اہتمام کرنے والی اغذیہ کون سی ہیں۔ کیا چیز کھانی چاہئے اور کیسے کھانی چاہئے، کن چیزوں سے بچنا چاہئے اور کن چیزوں کو ایک مخصوص مقدار تک ہی استعمال کرنا مناسب رہتا ہے۔

شہد اور کلونجی دو ایسی قدرتی اغذیہ ہیں جن کے استعمال کی تاکید اور جن کی افادیت کا تذکرہ احادیث میں جابجا کیا گیا ہے۔ ان دونوں کا مناسب استعمال نہ صرف ہمیں کئی بدنی امراض سے نجات دیتا ہے بلکہ ایسی بیماریوں کا دروازہ بھی بند کر دیتا ہے جو الٹی سیدھی چیزیں کھانے کی صورت میں پیدا ہو سکتی ہیں۔ اپنی اس کتاب میں، میں انہی دو اغذیہ پر تفصیلی گفتگو کی ہے اور بحیثیت خوراک و بحیثیت دوا ان کے استعمالات اپنی بساط بھر واضح کرنے کی کوشش کی ہے۔ اس کے علاوہ طب اسلامی کی روشنی میں چند ضمنی موضوعات بھی شامل کر دیئے گئے ہیں تاکہ کتاب زیادہ جامع اور مفید بنائی جا سکے۔

باری تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اس کتاب کو زیادہ سے زیادہ انسانوں کے لئے نفع اندوزی اور شفایابی کا وسیلہ بنائے اور ہم سب کو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی سیرتِ مبارکہ پر عمل پیرا ہونے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین ثم آمین۔

والسلام

حکیم سیف اللہ سیکھو
042-7676354
7676592, 7676485
7676596, 7356891
0300-4164612
0300-7421499

ہماری زندگیوں میں غذا کی اہمیت

غذا ہمارے لئے کوئی نئی شے نہیں ہے۔ انسان جب سے اس زمین پر آیا ہے غذا کسی نہ کسی صورت میں استعمال کرتا چلا آ رہا ہے۔ بلکہ یوں کہئے کہ غذا ہر ذی روح کے لئے ایک ضروری امر ہے۔ زندگی کی بقا اور زندہ رہنے کیلئے اس کی مجبوری ہے۔ اگر یہ کہا جائے کہ غذا میں ہی انسان کے ذاتی رویے، شرافت، ذلالت، جھوٹ و مکر، سچائی و برائی اور حسد و بے ایمانی مضمر ہے تو بے جا نہیں ہوگا۔ اس بات کو جھٹلانا بہت مشکل کام ہے کہ ان تمام قوتوں میں سے جو قوت انسانی جسم پر اثر انداز ہوتی ہیں سب سے مؤثر اور ضروری قوت غذا کی ہے۔ انسان کی جسمانی، دماغی، روحانی اور اخلاقی قوائے پر غذا کا بے حد اثر ہوتا ہے۔

انگریزی میں ایک مثل مشہور ہے ''انسان وہی کچھ ہوتا ہے جو کچھ وہ کھاتا ہے اور خیالات وصحت میں جو تعلق ہے وہ سب پر ظاہر ہے۔'' دنیا میں زندگی بسر کرنے اور ہمت و استقلال کے ساتھ کام کرنے کے لئے ہمیں صحت مندی، شہ زوری، جفاکشی اور بلند اخلاق کی ضرورت ہے اور یہ سب کچھ ہمیں غذا سے ہی حاصل ہوتا ہے۔ دماغ، دولت، سکون قلب اور مسرت، یہ سب چیزیں ایک ہی مرکز پر گردش کرتی ہیں اور وہ مرکز ہے عمدہ صحت اور اس کے حاصل کرنے کا ذریعہ۔

صحت مند آدمی ہی قوم کا عظیم سرمایہ ہوتے ہیں۔ ایک یونانی فلسفی کا قول ہے۔ ''اگر صحت کی کمی ہو تو علم اور عقل دونوں کچھ نہیں کر سکتے۔'' طاقت غیر مؤثر، دولت بے کار، فصاحت و بلاغت بے اثر ہوتی ہے۔ صحت تو اطمینان قلب اور اطمینان بدن دونوں کا نام ہے۔ تندرستی، خوشی اور روحانی مسرت ان سب کا مفہوم ایک ہی ہے۔ ''صحت'' اور صحت بغیر عمدہ غذا کے حاصل نہیں ہو سکتی ہے۔ پاک غذا سے پاکیزگی اور غلیظ غذا سے غلاظت پیدا ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ مسلمانوں کو نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے حلال اور پاک غذا کھانے کی تاکید کی ہے۔

قرآن کریم میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ ''اے ایمان والو، کھاؤ پاکیزہ چیزیں جو روزی

دی ہم نے تم کو۔'' اس حکم ربی میں ہماری بہتری اور عمدہ اخلاق کی نشوونما کی جانب واضح اشارہ موجود ہے۔ جس طرح کسی بھی دوا کے اثرات مریض کے بدن پر ظاہر ہو جاتے ہیں اسی طرح غذا کا بھی نمایاں اثر ہمارے جسم پر دکھائی دیتا ہے۔ ان اثرات کا مشاہدہ ہم انسان کے خصائل سے کر سکتے ہیں نہ صرف انسانوں پر ہی بلکہ جانوروں پر بھی غذا کے اثرات سے ہم بخوبی آگاہ ہو سکتے ہیں۔

ایک مشہور واقعہ ہے کہ ایک بار کسی بادشاہ نے اپنے شاہی طبیب سے فرمائش کی کہ اس کے لئے ایسا مسہل تجویز کیا جائے جو کھانے میں لذیذ ہو اور اس سے اسہال بھی آجائیں۔ شاہی طبیب نے مسہل ادویات کا جوشاندہ بنا کر انگور کی بیل کی جڑوں میں ڈالنا شروع کر دیا۔ جب انگور اچھی طرح پک گئے تو اس نے بادشاہ کو سات دانے کھلا دیئے۔ ان سات دانوں کی بدولت بادشاہ کو سات اسہال ہوئے۔ یہ محض ایک حکایت ہی نہیں بلکہ اس میں یہ حقیقت پوشیدہ ہے کہ نباتات کو جس قسم کی غذا فراہم کی جائے گی اس میں اسی قسم کے اثرات و خواص پیدا ہو جاتے ہیں۔ جب نباتات پر غذا کے اتنے اثرات پڑ سکتے ہیں تو کیا انسان ان اثرات سے جدا رہ سکتا ہے؟ یہ بات عام مشاہدے میں آتی ہے کہ تمام تر انسان قریباً ایک جیسے ہی ہوتے ہیں ان کے جسمانی اعضاء اور ترتیب خدوخال مشترک ہیں مگر ان کے رویوں، عادات و اخلاق میں بہت زیادہ فرق ہوتا ہے۔ اس کی بنیادی وجہ یہی ہے کہ انسان پر آب و ہوا، ملک، ماحول اور خاندان کے علاوہ غذا کا بھی اثر ہوتا ہے۔ غذا کی جیسی اقسام ہیں ویسے ہی ان کے مخصوص اثرات ہیں۔ ہر غذا اپنے اندر خاص قسم کے اجزاء سموئے ہوتی ہے جو نسل انسانی پر اپنے نتائج مرتب کرتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک گوشت خور انسان کا مزاج سبزی خور انسان سے مختلف ہوگا۔ گوشت خوری دماغ کو کند اور مزاج کو تیز کرتی ہے، طبیعت زود رنج، غصہ ور ہو جاتی ہے۔ ایسے لوگ بہادر اور دلیر تو ہوتے ہیں مگر ان کی ذہنی سطح عموماً اوسط درجے کی رہ جاتی ہے۔ اس کے برعکس سبزی خور لوگ بزدل اور پست ہمت ہوتے ہیں جس کو وہ اپنی امن پسندی کا خوبصورت نام دیتے ہیں۔ اسی لئے دونوں قسم کی غذا میں اعتدال رکھنا چاہئے۔ حد سے بڑھا ہوا غصہ اور دلیری انسان کو بسا اوقات ظالم بنا دیتی ہے جو کہ نصائح اسلامی کے خلاف ہے۔ انسان میں غرور پیدا ہونے لگتا ہے۔ عاجزی و انکساری رفتہ رفتہ مٹنے لگتی ہے۔

ڈاکٹر ہارووڈ جو کہ واشنگٹن یونیورسٹی میں غذا کے شعبے میں ایک محقق کے فرائض انجام دے رہے ہیں، اپنے ایک مشاہدے کا بیان لکھتے ہیں۔ ''میں نے ایک سفید چوہے کو بہت ہی تھوڑی اور غیر متوازن خوراک دینا شروع کر دی۔ غیر متوازن غذا کے آغاز سے قبل وہ چوہا لوگوں کی آغوش میں بیٹھ جایا کرتا تھا اور نہایت پر سکون زندگی بسر کر رہا تھا۔ لیکن جیسے ہی اسے غیر متوازن غذا ملنے لگی وہ اپنا ذہنی توازن کھو بیٹھا۔ اب اس کی حالت کچھ ایسی ہو گئی کہ وہ لوگوں کو دیکھ کر بدحواس ہو جاتا اور ان کی جانب تیزی سے لپکتا اور انہیں کاٹنے کی کوشش کرتا لیکن جب اس کی غذا میں پہلے والا تناسب برقرار کر دیا گیا تو وہ پہلے کی طرح پر سکون ہو گیا۔

امریکہ کی مسز ریمنڈ نے اپنے تجربات کے بارے میں ایک طبی رسالے کے ایڈیٹر کو تحریر کیا کہ چند بچے تربیت کے لئے ہماری تحویل میں دیئے گئے۔ ان میں چوری کرنا، آپس میں ہر وقت لڑنا جھگڑنا نمایاں برائیاں تھیں۔ ہم نے ان کے بارے میں مکمل کوائف حاصل کئے اور ان کا نفسیات کے ساتھ ساتھ متناسب غذا سے علاج کرنے کی ٹھانی۔ پہلے ہی مرحلے میں ہم نے انہیں متوازن خوراک دینا شروع کی۔ چند ہی دنوں میں، ان میں نئی تبدیلی پیدا ہوئی کہ ان میں تمام عادات بد کم ہوتے ہوتے بالکل ختم ہو گئیں۔ ہم نے انہیں سوا سال تک اپنے پاس رکھا اور ہر لحاظ سے انہیں جانچا۔ جب ہمیں کامل یقین ہو گیا کہ اب ان میں دوبارہ ان عادات کی پیدائش ممکن نہیں تو ہم نے انہیں واپس گھر روانہ کر دیا۔ کئی ماہ بعد ہم نے ایک بچے کے گھر جا کر دیکھا کہ اس کی حالت کیسی ہے تو ہمیں یہ دیکھ کر بے حد جھٹکا لگا کہ اس میں سابقہ عادات بد لوٹ آئی تھیں اس کے ساتھ اسے نزلے کی شکایت بھی ہو گئی تھی۔ ہم نے اس کے والدین کو اس ضمن میں خوب سمجھایا کہ متناسب غذا ہی ان کے بچے کا اصل علاج ہے۔ ہم نے انہیں بچے کو صحت بخش غذا دینے کی تاکید کی۔ وہ والدین اپنے بچے کے معاملے میں خاصے فکر مند تھے انہوں نے ہمارے مشورے پر فوری عمل کیا اور چند ہی ہفتوں میں ان کے بچے میں جو تبدیلیاں رونما ہوئیں انہیں دیکھ کر وہ خود بھی حیران رہ گئے۔ کافی سالوں بعد اب بھی وہ بچہ مشاہدے میں رکھا گیا ہے۔ اگر اس کی نیند پوری نہ ہو یا اس کی غذا میں کوئی فرق آجائے تو اب بھی اس بچے میں پرانی باتیں بیدار ہو جاتی ہیں۔ وہ بگڑ سا جاتا ہے اب چونکہ وہ بڑا ہو چکا ہے اس کے مزاج میں پختہ پن پیدا ہو رہا ہے لہٰذا اسے خود پر کنٹرول کرنے کے بارے میں مناسب آگاہی دی جا

Scanned with CamScanner

رہی ہے۔

آج کل ہمارے پاس کچھ بچے ہیں جس وقت یہ ہمارے پاس لائے گئے تو نہایت کمزور تھے ان کا وزن عمر کے لحاظ سے کم تھا۔ وہ سخت عصبی المزاج تھے۔ ناخن دانتوں میں لئے ہر وقت چباتے رہتے اور ذرا ذرا سی بات پر ان کے آنسو چھلکنے لگتے۔ دراصل ان کی غذا میں توازن نہیں تھا ان میں کئی اجزاء کی واضح کمی تھی۔ والدین انہیں مخصوص غذا دے کر سمجھتے تھے کہ وہ پیٹ بھر چکے ہیں لہٰذا ٹھیک ہے۔ انہیں مناسب غذا دی جانے لگی تو ان میں چند ہفتوں بعد تبدیلیاں وقوع پذیر ہونے لگیں۔ اب ان کے مزاج میں درستگی آ رہی ہے، وزن بڑھ رہا ہے اور وہ ہر بات پر آنسو نہیں بہاتے۔ ہم ان کی خاص اور مرغوب غذا یعنی آئس کریم اور مٹھائیاں ہرگز نہیں دیتے۔ ... بلکہ انہیں پھل، گوشت، چھاچھ، گندم اور خمیر استعمال کراتے ہیں۔ اس سیشن کے دوران یہ بات بھی دیکھنے میں ملی کہ جب بھی بچے ان غذاؤں سے جان چھڑانے کی کوشش کرتے تو وہ بدمزاجی، نزلہ، انفلوئنزا کا شکار ہو جاتے۔ ہمارا تجربہ ہے کہ اگر بچوں کو اچھی قسم کی پروٹین وافر مقدار میں فراہم کی جائے، تازہ اور عمدہ پھل مناسب مقدار میں مہیا کئے جائیں تو صرف ان کی صحت پر ہی نہیں بلکہ ان کے روزانہ رویوں، مزاج، عادات و اطوار پر بھی صحت مند اثر پڑتا ہے۔ آپ سب لوگوں کو یہ دعوت دی جاتی ہے کہ وہ ہماری بات پر عمل کرتے ہوئے اپنے بچوں کو ایک اچھا انسان بنانے کی کوشش کریں۔

سویڈن کے نامور ڈاکٹر یونٹاک جدید طریقہ علاج کے ماہر ہیں، ان کا کہنا ہے کہ وہ محض موسیقی اور غذا کے ذریعے سے ہی خطرناک سے خطرناک مریضوں کو تندرست کر سکتے ہیں۔ غذائی نقص کی وجہ سے انسانی جسم کی ساخت، وزن، قد و قامت اور صورت پر بھی اثر پڑتا ہے لیکن غذا کا مطلب صرف پیٹ بھر کر کھانا نہیں ہے۔ غذا کا انحصار اس کی مقدار پر نہیں نوعیت پر ہوتا ہے۔ بقول ڈاکٹر میڈ دنیا کا ایک حصہ تو بھوک کا شکار ہے اور دوسرا کھا کھا کر مرا جا رہا ہے۔ حقیقت میں خوراک کی زیادتی سب سے زیادہ نقصان دہ ہوتی ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے۔

''جو اس طرح کھاتے ہیں جس طرح چوپائے کھاتے ہیں تو ان کا ٹھکانہ دوزخ ہی سمجھو۔''

شکم نواز لوگوں کا پیٹ کوڑے کرکٹ کا ٹوکرا ہوتا ہے۔ بدہضمی، کام میں جی نہ لگنا، غیر

معمولی دوران خون، کمزوری، اضطرابِ اعصاب وغیرہ قسم کی بیماریاں سب دولت مندوں کی ہی میراث ہوتی ہیں۔ مرغن غذائیں انسان کے دماغ کو خاص طور پر نقصان دیتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ایسے لوگوں کا کام میں جی نہیں لگتا۔ ذہن پر یاسیت اور قنوطیت کا دورہ رہتا ہے۔ طبیعت اچاٹ رہتی ہے اور اس طرح ان کی ذہنی اور جسمانی تباہی کے ساتھ ان کا اخلاق بھی خراب ہو جاتا ہے اور یہ تو ایک روشن حقیقت ہے کہ ایک فرد کی تباہی دراصل پورے معاشرے اور پوری نسل کی تباہی ہے۔ اس میں شک نہیں کہ فاقہ کشی بھی تباہی کا باعث ہوتی ہے اور بھوک سے مجبور ہو کر انسان اخلاق کا دامن تک چھوڑ دیتا ہے لیکن اس سے زیادہ اخلاق کی تباہی کا باعث غیر متوازن اور زائد خوراک کا استعمال ہوتا ہے۔ کیا خوب مثل ہے۔

''پیٹ میں پڑا چارہ تو کودنے لگا بے چارہ۔''

جنگ عظیم سے پہلے جرمنی میں جگر، معدہ، آنتوں، ذیابیطس اور گنٹھیا کے امراض کا بہت زور تھا۔ وہاں کا ہر تیسرا فرد ان بیماریوں میں مبتلا تھا کیونکہ اس وقت خوش خوراکی ہی ان کی زندگی کی واحد دلچسپی تھی۔ چنانچہ مرغن غذا نے اپنے اثرات خوب ظاہر کئے ہوئے تھے۔ جب جنگ کے باعث ان کو لگی بندھی خوراک ملنے لگی تو ان کے سوئے ہوئے قوائے عمل و حرکت میں آئے اور امراض کا تناسب نہ صرف برابر ہو گیا بلکہ نہ ہونے کے برابر رہ گیا۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ ہمارے آباء و اجداد ہم سے زیادہ صحت مند اور تندرست ہوتے تھے۔ وہ ہم سے زیادہ بہادر، خوش اخلاق اور دلیر ہوا کرتے تھے۔ کیونکہ وہ سادہ اور متوازن غذا کھاتے تھے۔ صاف اور سادہ پانی پیتے تھے۔ دور جدید کے تکلفات سے محفوظ تھے۔ اب دنیا کے تمام ڈاکٹر اور اطباء بیماریوں کی روک تھام کے لئے متوازن خوراک پر زور دیئے جا رہے ہیں۔ ان کے نزدیک صرف متوان غذا ہی تمام عوارض کا علاج ہے۔ تجربہ کار ڈاکٹر اور طبیب اس بات کی گواہی دیں گے کہ نزلہ، زکام، کھانسی، بخار اور ہاضمہ وغیرہ کی تمام شکایات دراصل غلط قسم کی غذا کے استعمال سے پیدا ہوتی ہیں۔ بلکہ بہت سی بیماریاں تو صرف اس دور جدید کی ہی پیداوار ہیں۔ پرانے زمانے میں ان کا نام و نشان تک نہ ہوتا تھا۔ مثلاً وٹامن سی کی کمی کی وجہ سے السر، غدود کی بیماریاں، دانتوں کی تکلیف اور نزلہ و زکام کی شکایت ہو جاتی ہے۔

وٹامن بی کامپلیکس کی وجہ سے اعصابی بیماریاں جنم لیتی ہیں۔ وٹامن اے، ایف اور ایچ

کی کمی سے جلد کی بیماریاں ظہور پذیر ہوتی ہیں۔ جن انسانوں کی خوراک میں وٹامن بی اور خاص طور پر بی۔ون (تھایامن، نیاسین، بائیوٹن) کی کمی ہوتی ہے وہ پریشان خیالی اور مایوسی کا شکار رہتے ہیں۔ تھائمن ہائیڈروکلورائیڈ کی کمی ہمارے اخلاق پر سب سے زیادہ اثر انداز ہوتی ہے۔ جن لوگوں کی غذا میں اس کی کمی واقع ہو، وہ پست ہمت، بزدل اور گندی فطرت کے مالک بن جاتے ہیں۔ بدزبانی اور بداخلاقی ان کا و ہ بن جاتی ہے۔ ایسے لوگ جو مطالعہ میں پوری توجہ نہ دے پائیں ان کے بارے میں یہ بات پورے وثوق سے کہی جاسکتی ہے کہ وہ لوگ غذا میں تھائمن کی کمی کا شکار ہیں۔

اس کے برعکس ایسے لوگ جن کی خوراک میں تھائمن کا جزو بکثرت پایا جاتا ہے وہ عام طور پر روشن خیال، ملنسار اور بہادر ہوتے ہیں۔ بہت سی دماغی بیماریاں ایسی ہیں جو خاص قسم کے وٹامنز کے جسم میں نہ ہونے کے باعث سر اُٹھاتی ہیں۔ جیل خانوں اور عدالتوں کے ستائے ہوئے جن مریضوں سے، دماغی امراض کے ماہرین کا واسطہ پڑا ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ جرائم کی کثیر تعداد خون میں شکر کا دباؤ کم ہوجانے کے باعث ظہور میں آتی ہے۔ بھوک، کمزوری، پسینہ کا آنا، سخت مزاجی، برا طرز سلوک، چوری، قتل، خودکشی، اولاد پر سختی...... سب کے سب عوامل خون میں شکر کا دباؤ کم ہوجانے کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ اسی لئے غذا پر خاص توجہ دینی چاہئے۔

امریکہ میں اس بات کا خاص خیال رکھا جاتا ہے، چنانچہ ریاست ہائے متحدہ کی ''نیشنل سیفٹی کونسل'' موٹر گاڑیاں چلانے والے افراد کو قانوناً متنبہ کرتی ہے کہ جب وہ طویل فاصلوں کے سفر پر روانہ ہوں تو سفر سے پہلے اور دوران سفر میں نشاستہ دار غذائیں صرف محدود مقدار میں ہی استعمال کیا کریں کیونکہ گراں باری کا وہ بوجھل احساس جو وافر نشاستہ دار غذاؤں کے استعمال سے لازماً پیدا ہوجاتا ہے اور آپ کی دماغی بیداری اور چستی پر کاری ضرب لگا کر آپ پر غنودگی طاری کردیتا ہے۔ اس وقت بہت زیادہ نقصان دہ ہوتا ہے جب آپ کار ڈرائیو کر رہے ہوں، میرا خیال ہے کہ اگر ہمارے ملک میں بھی گاڑیاں چلانے والے افراد اس امر کا خیال رکھیں تو وہ حادثات سے یقیناً محفوظ رہیں گے۔ ماہرین کی رائے میں ''غذا اور حادثات'' میں تعلق خاصا گہرا ہے اور اسے لاپروائی سے نظرانداز نہیں کیا جاسکتا، نہ ہی کرنا چاہئے۔ یہ ذرا سی احتیاط بہت سے خطرات سے نجات دلاتی ہے۔

شکاگو کے ایک یتیم خانے میں دو حقیقی بھائیوں کو داخل کیا گیا۔ ان کے والدین وفات پا چکے تھے۔ ایک کی عمر دو سال تھی جبکہ دوسرا صرف چار پانچ ماہ کا تھا۔ بڑے بچے نے ماں کا دودھ پیا تھا جبکہ چھوٹا بچہ اس رحمت سے محروم رہ گیا تھا۔ اس کی دو وجوہ بیان کی گئیں۔ ایک یہ کہ اس کی ماں اس وقت وفات پاگئی جب اس کی عمر صرف چار پانچ ماہ تھی دوسری یہ کہ پیدائش کے فوراً بعد اس کی صحت خراب ہوگئی جس کیلئے اسے اوپر کا دودھ دینا پڑا۔ ڈاکٹر ٹرال نے تجربے کے طور پر یہ ہدایت کی کہ بڑے لڑکے کو اس کے حال پر چھوڑ دیا جائے جبکہ چھوٹے بچے کو گائے کا دودھ، بسکٹ، پھلوں کا رس اور پھلوں کے علاوہ اور کچھ نہ دیا جائے، اسی طرح بڑا بچہ سات سال کا اور چھوٹا بچہ پانچ سال کے ہوگئے۔ بڑا بچہ بے حد بدمزاج، تندخو اور جنگ جو تھا اور اس کے برعکس چھوٹا بچہ بڑا حلیم، بردبار اور خوش مزاج تھا۔ بڑے بچے کو درختوں پر چڑھنے، میدانوں میں گھومنے کا شوق تھا۔ چھوٹا بچہ بہت خاموش، کم گو، اپنا سبق یاد کرنے کے علاوہ تصاویر دیکھنے کا شوقین تھا۔ بڑا بچہ گو کہ بڑا ذہین تھا مگر اپنے سبق پر پوری توجہ نہیں دیا کرتا تھا، چھوٹے بچے میں کند ذہنی پائی گئی مگر وہ اپنی اس کمی کو اپنی توجہ سے پورا کرلیا کرتا۔ بڑا بچہ اپنی تمام خرابیوں کے باوجود جھوٹ نہیں بولتا اور بڑی جرأت کے ساتھ اپنی خطاؤں کو تسلیم کرلیا کرتا۔ اس کے برعکس چھوٹا بچہ سزا کے خوف سے جھوٹ بول دیتا تھا اس کے علاوہ اس میں چوری کرنے کی عادت بھی پائی گئی۔ ڈاکٹر ٹرال نے یہ معلوم کیا کہ دونوں میں اختلاف طبائع میں موروثی اثرات کو کس حد تک دخل ہے۔ پتہ چلا کہ ان کا باپ اپنی تندخوہی کی نسبت سے پورے گاؤں میں مشہور تھا۔ وہ گوشت کثرت سے کھایا کرتا تھا۔ شراب بھی بے حساب پیتا۔ ایک مرتبہ اسے قتل کے الزام میں گرفتار بھی کیا گیا۔ بچوں کی ماں نیک اور سنجیدہ عورت تھی، وہ مذہب کی جانب مائل تھی اور باقاعدگی سے گرجا گھر جایا کرتی۔ اس نے عرصہ سات آٹھ سال سے گوشت کھانا ترک کردیا تھا۔ اس کے بارے میں کہا جاتا تھا کہ اس خاتون نے اپنی زندگی میں کبھی جھوٹ نہیں بولا تھا۔ بڑے لڑکے کی نسبت میں جنگ جوئی کو تو باپ کی وراثت سمجھا جاسکتا تھا اور چھوٹے لڑکے میں بردباری وحلاوت ماں کی وراثت۔ مگر اس میں چوری کرنے اور جھوٹ بولنے کی عادت کہاں سے آئی۔ جبکہ ان کے والدین ان عیوب سے پاک تھے۔ ڈاکٹر ٹرال کے اس تجربے پر تحقیقات کے بعد ڈاکٹر جینگر نے یہ نظریہ پیش کیا کہ ٹرال کے پروردہ

Scanned with CamScanner

بچوں میں چھوٹے بچے میں جھوٹ اور چوری کی عادت اس بنا پر تھی کہ محدود اور نامکمل غذا کے باعث اس کا دل اور دماغ پوری طرح نشوونما نہ پاسکا اور اس وجہ سے وہ جھوٹ اور چوری کے نتائج کو سمجھنے کے قابل ہی نہ تھا۔

اس کے بعد کی تحقیقات نے اس نظریہ کو مستقل سائنسی حیثیت دے دی۔ امریکہ کے قید خانوں میں ہزاروں قیدیوں کے معائنے کے بعد معلوم ہوا کہ ان میں سے ایک بھی مکمل صحت کا حامل نہیں تھا۔ پھر قید خانوں میں دی جانے والی عمومی ناقص غذا کے باعث ان کی اخلاقی ترقی مزید گرنے کی صورت عام بات تھی۔ اخلاقیات کے ساتھ ساتھ ان کی جسمانی صحت بھی خرابی کی جانب مائل تھی۔ اسی خرابی صحت کی وجہ سے ان کی اصلاح ناممکن تھی۔ ان کی مجرمانہ ذہنیت اور زیادہ پختہ ہو جاتی۔ جدید تحقیق کے ماہرین نے اپنی ماہرانہ تحقیق سے اس حقیقت کو تسلیم کرلیا کہ خرابی صحت کا انجام مجرمانہ ذہنیت ہوتا ہے۔ جن لوگوں کی صحت مسلسل خراب رہتی ہے وہ جلد ہی جرائم پیشہ بن جاتے ہیں یا ان کے جرائم کی جانب راغب ہونے کا امکان مکمل ہوتا ہے۔ خرابی صحت سے ذہن میں موجود غدود مکمل غذا نہ پانے کے باعث اپنے کام کرنے سے قاصر ہوتے ہیں اور وہ اپنی مثبت لہروں کو مکمل طور پر جسم میں پھیلانے میں ناکام رہ جاتے ہیں۔ اس اثباتی کے برعکس وہی غدود منفی لہروں کی پیدائش میں معاونت دیتے ہیں۔ کچھ غدود ان منفی لہروں کو دبانے کا بھی کام کرتے ہیں، وہ بھی مکمل غذا کی عدم فراہمی سے معذور ہو جاتے ہیں اور نتیجتاً تمام جسم کا نظام بگڑ جاتا ہے اور مکمل طور پر ذہن کے کنٹرول میں نہیں رہ پاتا۔ اس میں عمدہ سوچنے اور سمجھنے کی صلاحیت مفقود ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ انجام سے بے خبر وہ کچھ بھی کرنے کو تیار رہتا ہے۔ یہ تبدیلی اسے زود رنج بنا دیتی ہے، بات بات پر چراغ پا ہو جانا ان کی فطرت کا حصہ بن جاتا ہے۔ ان کی قوت برداشت سلب ہو جاتی ہے۔ ان میں اچھائی اور برائی میں تمیز کرنے کا احساس دم توڑ دیتا ہے۔

''ناقص غذا کے استعمال کے باعث ہی ذہن میں ناقص خیالات جنم لیتے ہیں۔''

جدید ماہرین نے تبدیلیٔ غذا کے ذریعے سے تبدیلیٔ اخلاق کے تجربات کئے ہیں۔ انہیں متوازن غذا دی گئی۔ ان کی صحت کا مکمل خیال رکھا گیا۔ چند ہی ماہ کے بعد ان کی اخلاقی حالت درست ہونے لگی، وہ سدھر گئے اور دو سال کی مدت میں بعض قیدی اس قدر نیک ہو گئے کہ

حکام کو انہیں جیل میں دیکھ کر بذات خود افسوس ہونے لگا۔ ظاہراً صحت مند دکھائی دینے والے اگر بدمزاج یا چڑچڑے ہوں تو ان کی صحت میں ضرور کوئی خرابی ہوگی۔ تبدیلیٔ غذا سے ان کی اس خرابی کو دور کیا جا سکتا ہے۔ بلکہ متوازن غذا کے استعمال سے آپ بڑھاپے کے جلد نمودار ہونے والے اثرات سے بھی محفوظ رہ سکتے ہیں۔ ایک امریکی ماہر غذا نے اپنے دورے میں امریکہ میں بعض ''صحت مند و توانا'' بوڑھوں کو دیکھا۔ جو کہ اتنے چست و فعال تھے کہ آج کے دور کے نوجوان ان کے سامنے ہیچ دکھائی دیتے۔ ان سے ان کی اس صحت مندی اور دیرپا جوانی کا راز معلوم کیا گیا تو مشاہدے میں یہی چیز سامنے آئی کہ وہ دراصل متوازن غذا کے پختہ عادی تھے۔ ان کے کھانوں میں بھنا ہوا گوشت، دم پخت گوشت بہ افراط اور ساتھ ہی سبزیوں کا کچومر خام تیل ملا ہوا، تازہ پھل بکثرت شامل تھے۔ یہ بوڑھے اس غذا کو خوب پیٹ بھر کر رغبت سے کھاتے تھے۔

پروفیسر فریڈرک ساؤنز نے افریقہ میں جغرافیائی تحقیقات کی ہیں انہوں نے ایک جگہ تحریر کیا ہے کہ بعض لوگوں کا خیال ہے کہ غذا کے ذریعے ان کے جسم میں بدی کی ارواح داخل ہو جاتی ہیں اور پھر اسی قسم کے جانور جس کا وہ گوشت کھاتے ہیں، کی خصوصیات ان میں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ مثلاً ایک مثال سنگاپور کی ہے کہ وہاں کے ملایائی باشندے چیتے کا گوشت با رغبت کھاتے ہیں، افریقہ کے ہوٹن ٹوٹ لوگ ببر شیر کا گوشت کھانا پسند کرتے ہیں۔ تا کہ ان میں ان جانوروں کی سی طاقت و خوب صورتی پیدا ہو جائے۔ بورینو کے باشندے ہرن کا گوشت نہیں کھاتے ہیں، مبادا کہیں وہ اس کی طرح بزدل نہ بن جائیں۔ اسی طرح صرف قدامت پسند ہی نہیں بلکہ ترقی یافتہ اقوام بھی بعض جانوروں کے گوشت اور غذاؤں سے اتنی ہی نفرت کرتی ہیں جتنی کہ پس ماندہ۔ کیونکہ ترقی پسند قوموں میں بھی الگ الگ قبیلے، فرقے اور مذاہب موجود ہیں اور ہر قوم اپنے آپ کو دوسروں سے اعلیٰ و برتر خیال کرتی ہے۔ اس برتری کی سب سے بڑی وجہ صرف یہی ہے کہ وہ بعض غذاؤں سے پرہیز رکھتے ہیں۔ اس بات میں بھی کوئی شک وشبہ نہیں ہے کہ بعض مذاہب نے خود اپنے لوگوں پر بعض غذاؤں کے کھانے پر پابندی عائد کر رکھی ہے۔ اس کی بڑی مثال اسلام کی دی جا سکتی ہے کہ بحکم ربی ''سؤر'' کے گوشت کا کھانا ہر مسلمان پر حرام قرار دیا گیا ہے۔ اس لئے کوئی بھی مسلمان اس گوشت کی

Scanned with CamScanner

جانب نہیں بڑھتا۔ آج بھی یورپ و امریکہ میں مسلمان اس گوشت کی ڈشیں اپنے سامنے رکھے جانے پر اکثر ویٹروں سے لڑ پڑتے ہیں۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے تمام مسلمانوں کو اس جانور کے گوشت کے کھانے سے منع فرمایا ہے۔ مسلمانوں کے ساتھ ساتھ یہودی اور ان کے کچھ فرقے بھی سؤر کا گوشت نہیں کھاتے۔ ہندو ذہنیت اس سے بھی عجیب ہے کہ وہ گائے کا گوشت نہیں کھاتے لیکن انسان کا خون بڑی آسانی سے پی جاتے ہیں۔ اہنسا کا پجاری بننے کے لئے یہ عمل لازمی قرار پایا گیا ہے۔ انسانی خون یا کسی بھی جانور کا خون انساں کے اخلاق کو بری حد تک متاثر کرتا ہے۔ جدید تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ اس عمل سے انسان میں ظلم وستم ڈھانے کا جذبہ، مکاری اور خباثت پیدا ہوتی ہے۔ آج یہ بات ثابت ہو چکی ہے حالانکہ قرآن مجید میں چودہ سو سال قبل ہی اس پابندی کا اجراء کیا گیا تھا۔ یہ ممانعت اسلام میں موجود انسانیت اور نیکی کے جذبے پر مہر ثبت کئے ہے۔ جدید سائنس آہستہ آہستہ خود ہی اسلام وقرآن پر تصدیق کی مہریں لگانے میں مصروف ہے۔ کیا اب بھی مسلمانوں کو اپنے مذہب کی صداقت وحرمت پر کسی شک وشبہ کی گنجائش محسوس ہوتی ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم غذا کی اہمیت سے بخوبی واقف تھے۔ انہیں اچھی طرح معلوم تھا کہ تندرستی...... جسمانی، ذہنی، روحانی اور معاشرتی آسودگی کا نام ہے اور تندرستی کے لئے اچھی غذا بہر حال لازمی اور ناگزیر ہے۔ چنانچہ قرآن مجید میں ایک ہی جگہ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

''کیونکہ انسان رزق کا کیڑا ہے۔'' (سورۃ مائدہ)

دور جدید کے ماہرین تو اب یہ دعویٰ بھی کرنے لگے ہیں کہ وہ صرف انسان کے پسندیدہ کھانوں سے ہی اس کے مزاج وکردار کے بارے میں پتہ لگا سکتے ہیں۔ مثلاً شیریں اشیاء کے شائق لوگ دراصل سکون کے متلاشی ہوتے ہیں، ان میں ابھی تک بچپنا باقی ہوتا ہے اور وہ لاشعوری طور پر تحفظ کی تلاش میں سرگرداں رہتے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ شیریں چیزیں مثلاً سیب، جیلی، فیرنی، مٹھائی وغیرہ ذہن کو تحفظ بخشنے والی اشیاء میں شمار کی جاتی ہیں۔ محبت سے محروم لوگ اکثر بسیار خوری کا شکار ہو جاتے ہیں۔ اس لئے موٹے، فربہ اور بسیار خور افراد مذاق کے نہیں، ہمدردی کے مستحق ہوتے ہیں۔ یاد رکھئے کہ پیٹو لوگوں کی یہ شدید خواہش ہوتی ہے کہ

کوئی انہیں بھی پیار کرے اور ان کی جانب متوجہ رہے۔ جب ان کی یہ خواہش پروان نہیں چڑھ پاتی تو ان کا رجحان خوش خوراکی کی جانب مبذول ہو جاتا ہے۔ وہ غذا کو ہی اپنا منظور نگاہ بنا لیتے ہیں۔ خواتین میں اکثریت عام طور پر کھٹائی، تیز قسم کے مرچ مصالحوں اور چٹ پٹے کھانے پسند کرتی ہیں۔ یہ ان کی فطرت اور جسمانی ضرورت کے مطابق ٹھیک ہیں مگر جب مرد حضرات ایسی تمنا اپنے اندر سے ابھرتی محسوس کریں تو وہ یہ جان لیں کہ ان میں جھگڑالو طبیعت کی پیدائش کا عمل شروع ہو چکا ہے۔ چٹ پٹی غذائیں انسان میں جھگڑوں اور تیز مزاجی کو جنم دیتی ہیں۔

اسی طرح ماہرین کی رائے ہے کہ ایسے افراد جو کہ شوربے والے سالن کھانے کے لئے بے چین رہتے ہیں اور ان کے دسترخوان پر اکثریت ایسے ہی کھانوں کی دکھائی دیتی ہے تو ایسے افراد وسیع خاندان سے تعلق کا اظہار کرتے ہیں اور ان میں فراخ دلی پائی جاتی ہے۔

ممکن ہے کہ آپ کے ذہن میں یہ سوال پیدا ہوا ہوگا...... کہ پھر آخر انسان کیا کھائے؟ کس طرح کھائے؟ کس کس چیز کا خیال رکھے؟ وہ جو بھی کھائے وہ غذا اس کا جزو بدن بن سکے؟ اس کے لئے اطباء کا خیال...... اور تاکید ہے کہ موسم اور اپنے مزاج کو سامنے رکھتے ہوئے غذا کا انتخاب کرنا چاہئے۔

موسم گرما میں سرد بالفعل غذائیں استعمال کرنا چاہئے۔ کیونکہ اس موسم میں بدن یوں تو گرم رہتا ہے اور جب اوپر سے گرم غذاؤں کا استعمال جاری رکھا جائے تو بس وہی حال سمجھئے کہ ایک تو کریلا اور اوپر سے نیم چڑھا...... اندرون جسم میں آگ سی لگ جائے گی۔ اس سے نہ صرف بدن کو بلکہ اندرونی تمام نظام کو سخت نقصان پہنچے گا۔ نظام خصوصاً فاسد ہو جائے گا۔ علاوہ ازیں موسم گرما میں سرد اوقات میں کھانا، کھانا موزوں ہوتا ہے۔

موسم سرما میں گرم بالفعل غذائیں استعمال کرنا چاہئیں کیونکہ اس موسم میں بدن زیادہ تر سرد رہتا ہے اور اگر ایسے میں سرد بالفعل غذاؤں کا استعمال کیا جائے تو اس بات میں کوئی شبہ نہیں کہ بدن پر سردی غالب آجائے گی اور اس سے حرارت عزیزی بجھ کر کمزور ہو جائے گی۔ یہ حالت بھی نظام انہضام کو فاسد بنا دیتی ہے۔ اسی لئے اطباء کی رائے ہے کہ سرد موسم میں اس وقت کھانا کھانا چاہئے جب اوقات کار گرم ہوں۔ کمرے میں درجہ حرارت زیادہ ہو، تیز ہواؤں میں کھانا کھانا مناسب نہیں ہوگا۔

Scanned with CamScanner

اسی طرح مختلف غذاؤں سے طبیعت متحیر ہو جاتی ہے، مثلاً گائے کا گوشت اور مرغی کا گوشت۔ یعنی ایک ثقیل اور دوسرا لطیف۔ یا پھر گرم اور سرد غذائیں جیسے شہد اور دہی۔ کیونکہ مختلف قسم کی غذائیں طبیعت کو حیران کر دیتی ہیں اور اس کی خدمات کو بانٹ دیتی ہیں۔ اس سے جسم کو نقصان پہنچتا ہے۔ قوت پراگندہ ہو جاتی ہے اور نظام ہضم بگڑ جاتا ہے۔ اس کے علاوہ طرح طرح کے کھانوں سے بدن میں مختلف اخلاط پیدا ہوتے ہیں اور ان سے پھر جھگڑے فسادات رونما ہوا کرتے ہیں وہ صاف ظاہر ہیں۔

اسی طرح بعض غذاؤں کو بھی ایک ساتھ کھانا بے حد نقصان دہ ہوتا ہے۔ گو اس ثبوت کے لئے کوئی ٹھوس دلیل نہیں ہے تاہم تجربات ثبوت ہے کہ اطباء اس بات پر اتفاق کرتے ہیں۔ مثلاً مچھلی اور دودھ کو ایک ساتھ استعمال نہیں کرنا چاہئے کیونکہ اس سے جذام اور فالج پیدا ہوتے ہیں۔ ستوؤں کو دودھ چاول کے ساتھ استعمال نہیں کرنا چاہئے۔ انگور کو سرکے کے ساتھ، انار کو ہریسہ کے ساتھ، سرکہ کو چاول کے ساتھ، کھانا مناسب نہیں۔ اسی طرح پھیکا کھانا کھانے سے بھوک جاتی رہتی ہے اور بدن میں کاہلی و سستی پیدا ہوتی ہے۔ ترش غذاؤں کے کثرت استعمال سے بڑھاپا جلد وارد ہوتا ہے۔ اعضاء میں خشکی پیدا ہوتی ہے اور اعصاب کو نقصان پہنچتا ہے۔ شیریں غذائیں بھوک کو ضعیف بناتی ہیں اور ساتھ ہی جسم کو گرم کر دیتی ہیں۔ نمکین غذائیں بدن کو لاغر اور خشکی کی جانب مائل کرتی ہیں۔ اس لئے ہمیشہ شیریں غذاؤں کی مضرت کو نمکین غذا سے، ترش غذا کی مضرت کو میٹھی غذا سے، پھیکے کھانے کی مضرت کو نمکین کھانے سے زائل کرنا چاہئے۔ اور ان دونوں کی مضرت کو پھیکے کھانوں سے دور کرنا مناسب ہوتا ہے۔

غذا کے استعمال میں مزاج کو ہمیشہ پیش نظر رکھنا چاہئے۔ مثلاً جس شخص کا مزاج صفراوی ہو اسے سردی و تری پیدا کرنے والی غذاؤں کا انتخاب رکھنا چاہئے۔ جس شخص کا مزاج دموی ہو اسے ایسی غذائیں استعمال کرنا چاہئیں جو سردی پیدا کرتی ہوں اور خون کے جوش کو روکتی ہوں۔ بلغمی مزاج کے حامل افراد کی غذا گرمی و لطافت پیدا کرنے والی ہونا چاہئے۔ سوداوی مزاج کے حامل لوگوں کو گرمی و تری پیدا کرنے والی غذائیں سود مند رہتی ہیں۔

غذا کی کمی، ناقص غذائیت پورے ملک و قوم کا اہم مسئلہ ہے۔ ایک اندازے کے مطابق دنیا کے نصف بچوں کی تعداد محض غذا کی کمی اور ناقص غذائیت کے باعث موت کے دروازے

پر پہنچ جاتی ہے اور جو بچ رہتے ہیں وہ نہ تو دین کے قابل ہوتے ہیں اور نہ ہی دنیا میں کوئی مقصد رکھ پاتے ہیں۔ ادارہ عالمی صحت کے ایک ماہر کا کہنا ہے کہ صرف پاکستان میں ہر سال کئی لاکھ بچے فالج، خلل اعصاب، آنتوں کی بیماری میں مبتلا ہو کر جاں بحق ہو جاتے ہیں۔ صرف اس لئے کہ انہیں وہ غذا میسر نہیں ہوتی جو کہ صحت جسمانی کو پورا کرنے کی اہلیت رکھتی ہے۔

آندریف نے کیا خوب کہا ہے۔ ”علوم و فنون نے اس بات کو اچھی طرح واضح کر دیا ہے کہ طاقت بے کار ہے، دولت بے حقیقت ہے اور تقریر و تہذیب بے معنی ہے گر صحت میں زوال آ گیا۔“

☆☆☆

Scanned with CamScanner

کھانے پینے کے آداب

چاندی کے مضرات کا بیان:

''حضرت عبداللہ بن عبدالرحمٰنؓ اُم المومنین حضرت سیدہ ام سلمہؓ سے روایت فرماتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص چاندی کے برتن میں پیتا ہے وہ اپنے پیٹ میں جہنم کی آگ غٹ غٹ اتارتا ہے۔''

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے یہاں ایک خاص قسم کی دھات چاندی کے بارے میں ذکر فرمایا ہے۔ اس دھات کے بارے میں جدید تحقیق نے یہ ثابت کیا ہے کہ جسم میں اس دھات کا داخل ہونا بے حد خطرناک ہے۔ چاندی سے جسم میں کثیر مقدار میں گرمی پیدا ہوتی ہے اس کے علاوہ یہ فاسد خیالات کو بھی جنم دیتی ہے۔ چاندی کے برتن میں پینے سے یہ امر لازم ہے کہ اس کی معمولی سی مقدار جسم میں لازمی داخل ہو جاتی ہے۔ اطباء حضرات اکثر اس دھات کے ذریعے سرد مزاج کے حامل لوگوں کا علاج کرتے آئے ہیں۔ خصوصاً نمونیا اور سردی کے دیگر بخاروں میں اس دھات کی آمیزش یافتہ ادویہ مروج رہی ہیں۔ اس دھات کا زیادہ دیر تک جسم میں رہنا بے حد مضر ہے۔ اسی لئے اطباء اس کے اخراج کا بھی بندوبست ساتھ کرتے ہیں۔ کشتہ جات میں اس دھات کا استعمال خاصا عام ہے۔ یہ جسم میں نہ صرف گرمی پیدا کرتی ہے بلکہ اس گرمی سے اعضاء و غدودوں کو سن کر دیتی ہے۔ اسی لئے چاندی کے برتن میں کھانے پینے کو جہنم کی آگ سے تشبیہ دی گئی ہے۔ اس حدیث میں ایک اور خاص بات بیان ہوئی ہے جو کہ مخصوص آواز غٹ غٹ ہے۔ اونٹ جب پانی پیتا ہے اور اپنی گردن اوپر اُٹھاتا ہے تو اس کے حلق میں سے غٹ غٹ کی آوازیں برآمد ہوتی ہیں۔ اس کے لئے ''جرجر'' کا لفظ آیا ہے۔ جہنم کی آگ اگرچہ پینے کی چیز نہیں ہے لیکن عربی زبان کے قاعدے کی رو سے یہ تعبیر اس خاص آواز کے لئے بالکل مناسب ہے۔ کھانے میں، پینے میں، سواری میں، مکان میں اور ہر چیز میں غیر ضروری تکلف اخلاق کے خلاف ہے۔ اسلام زندگی میں سادگی کی جانب مائل بہ ہونے

پر زور دیتا ہے۔ آدمی اپنی وسعت اور حوصلے کے مطابق اسے جتنا چاہے، بڑھا لے لیکن حدود سے کبھی تجاوز نہیں کرنا چاہئے۔ اگر چاندی کے برتن آپ کی میز پر ہوں تو ایسا ہی ہے جیسے ریشمی کپڑے آپ کے سفری سوٹ کیس میں ہوں۔ اکثر لوگوں کا خیال ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے چاندی کے برتنوں کے استعمال کی ممانعت اس لئے فرمائی کہ عربی معاشرت سادہ تھی تو ان کی یہ بات ٹھیک نہیں۔ عربی معاشرت اسلام سے قبل بے حد تعیش پسند اور تکلفات سے آشنا تھی۔ ایران و مصر کی تہذیب کا عربوں پر کافی اثر تھا اور برتنوں کے نام تک کافی تعداد میں معرب ہیں۔ بے شک اسلام پر مشقت زندگی کے اختیار کئے جانے کو بہتر عمل قرار دیتا ہے اگر اس ضمن میں باریک بینی سے کام لیا جائے تو آج یہ بات ثابت ہے کہ پر مشقت زندگی گذارنے والے افراد پر تکلف زندگی کے عادی لوگوں سے زیادہ صحت مند اور دیرپا جوانی پاتے ہیں۔

پانی پینے کا بیان:

ابوالمثنیٰ جہنی کہتے ہیں کہ میں مروان بن حکم کے پاس موجود تھا تو وہاں حضرت ابوسعید خدریؓ آ گئے۔ مروان بن حکم نے ان سے پوچھا کہ کیا آپؓ نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا ہے کہ آپ پینے کے پانی میں پھونک مارنے سے منع فرمایا کرتے تھے۔ حضرت ابوسعید خدریؓ نے جواب دیا۔ ''ہاں! اس پر ایک شخص نے کہا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم میں ایک سانس میں تو آسودہ نہیں ہو پاتا (لہٰذا لگاتار پیتا رہوں) آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ پیالہ ہونٹ سے الگ کر کے سانس لے لیا کرو۔ اس نے کہا کہ میں اس میں تنکا دیکھ لیتا ہوں تو؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ پیالہ الٹ دو۔''

پانی پینے کے متعلق اس حدیث میں خاصی وضاحت موجود ہے کہ پانی پینے میں کیا کیا امر قابل ذکر رکھنا چاہئیں۔ پانی میں سانس لینا یا پھونک مارنا۔ یہ دونوں عوامل طبی نقطہ لحاظ سے بالکل غلط ہیں۔ یہ بات تو جدید طبی تحقیق سے واضح ہو چکی ہے کہ انسان جو ہوا اپنے جسم سے باہر نکالتا ہے وہ کاربن ڈائی آکسائیڈ ہوتی ہے۔ اس میں کئی دیگر گیسیں بھی موجود ہوتی ہیں۔ کاربن ڈائی آکسائیڈ اگر جسم کی صحت کیلئے موزوں ہوتی تو اسے جسم کو خارج کرنے کی کیا ضرورت تھی۔ اسے خارج کرنا ہی اس بات کا بین ثبوت ہے کہ یہ گیس جسم انسانی کے لئے مضر

Scanned with CamScanner

ہے۔ پانی میں پھونک مارنے یا سانس لینے سے یہ گیس بآسانی اس میں حل ہو جاتی ہے۔ ایسا پانی جسم میں داخل ہونے سے اعضاء پر سکتہ طاری ہو جاتا ہے اور وہ اپنے عوامل سے بے خبر ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ حرارت عزیزی میں فرق رونما ہوتا ہے۔ یاد رہے کہ کاربن کا ایک استعمال جسم انسانی کی بیرونی جلد پر موجود زخم یا پھوڑے وغیرہ کو سن کرنے سے بھی متعلق ہے۔ اگر کاربن بیرونی جلد پر ایسے اثرات مرتب کر سکتی ہے تو کیا یہ جسم کے اندر جا کر اپنی مضرت ظاہر نہیں کرے گی۔ یہ عمل فوری طور پر اپنے اثرات نہیں ظاہر کرتا مگر جب اسے عادت بنا لیا جائے تو کچھ ہی عرصے میں نتائج نکل آتے ہیں۔ پانی انسان کے لئے سب سے ضروری نعمت ہے جب یہ آپ کو میسر آجائے تو اسے پینے میں عجلت کا مظاہرہ نہیں کرنا چاہئے۔ پانی کو نہایت تحمل و سکون سے معدے میں اتارنا چاہئے۔ اکثر لوگ ایک ہی سانس میں پانی پینے کے عادی ہوتے ہیں۔ یہ عمل بذات خود نقصان دہ نہیں بلکہ اس سے نقصان ہونے کا صد فی صد امکان ہوتا ہے۔ جب تک سانس رکی رہتی ہے پانی بلا تردد معدے میں اترتا جاتا ہے۔ جونہی سانس اپنی مدت پوری کر لیتا ہے تو اس کا جاری رہنا لازمی بن جاتا ہے۔ انسان سانس پر کچھ دیر کے لئے کنٹرول تو حاصل کر سکتا ہے مگر اسے لمبی مدت تک وقفہ دینے سے قاصر ہے۔ پانی پینے کے دوران اچھو لگنا اسی ہدایت کے انکار کا ایک نتیجہ ہے۔ پانی جب معدے کی نالی کے بجائے سانس کی نالی میں سے پھیپھڑوں میں داخل ہو جاتا ہے تو اچھو لگتا ہے۔ پھیپھڑوں میں پانی پہنچنا جسم انسانی کے لئے بے حد مضر ہے۔ یہ عمل انسانی زندگی کو موت کے گھاٹ اتار دیتا ہے۔ جب انسان کوئی بھی چیز کھا رہا یا پی رہا ہوتا ہے تو اس کے پھیپھڑے کم سانس لیتے ہیں۔ عمل تنفس کی رفتار کم ہو جاتی ہے اسی لئے کھانا کھانے کے فوراً بعد جسم پر غنودگی چھا جاتی ہے۔ جدید تحقیق نے اس ضمن میں یہ بات بیان کی ہے کہ جب آکسیجن جسم میں داخل ہوتی ہے تو وہ تمام جسم میں تیزی سے پھیل جاتی ہے جہاں جہاں آکسیجن پہنچتی ہے وہاں وہاں سے کاربن ڈائی آکسائیڈ خون کے ذریعے پھیپھڑوں میں اکٹھی ہو جاتی ہے۔ سانس باہر نکالنے پر یہ جسم انسانی سے باہر خارج ہو جاتی ہے۔ چونکہ یہ تمام عمل سیکنڈوں میں مکمل ہو جاتا ہے اسی لئے انسان ایک خاص رفتار سے سانس لئے جاتا ہے۔ کھانا کھانے کے دوران اس رفتار میں سست روی پیدا ہو جاتی ہے۔ جسم میں سے نکلنے والی کاربن زیادہ دیر تک پھیپھڑوں میں رہتی ہے اور پھر اس کا

کچھ حصہ آکسیجن کے ہمراہ دوبارہ خون میں شامل ہو کر جسم میں گردش کرتا ہے۔ کاربن کے بارے میں جیسا کہ بیان کیا گیا ہے کہ وہ جسم کے اندرونی و بیرونی اعضاء کو ساکت کر دیتی ہے۔ اسی لئے خون میں ملی ہوئی کاربن سے جسم کے غدود سست پڑ جاتے ہیں یہ عمل کھانا کھانے کے دوران جاری و ساری رہتا ہے اسی لئے جسم میں سستی اور غنودگی پیدا ہوتی ہے۔ جب کوئی شخص پانی سے لبریز گلاس منہ سے لگاتا ہے اور اسے ایک ہی سانس میں پیتا چلا جائے تو اس کے جسم میں کاربن ڈائی آکسائیڈ کے دوبارہ خون میں شامل ہونے کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے اور ہمراہ سانس کے اکھڑنے سے اچھو لگنے کا اندیشہ بھی باقی رہتا ہے۔ اطباء اس بارے میں کہتے ہیں کہ جلد بازی اور بے صبری سے پانی پینے والے لوگ زیادہ تر دمہ، سانس کی دیگر بیماریوں اور تشنج کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ عمل ان کے کردار پر بھی گہرے نقوش چھوڑتا ہے، ان میں عجلت پسندی اور عدم تحمل کا رویہ پنپنے لگتا ہے۔ پانی پینے سے قبل اس میں جھانکنا سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے۔ پانی میں اگر کوئی چیز گر جائے یا پہلے سے موجود ہو تو اسے ضائع کر دینا چاہئے۔ ایسا پانی نہیں پینا چاہئے۔ اس کی صاف وجہ یہی ہے کہ پانی ایسا مائع ہے جو اپنے اندر حل کرنے کی قوت رکھتا ہے کوئی بھی چیز اس میں شامل کی جائے تو یہ اسے مکمل یا جزوی طور پر ضرور حل کر لیتا ہے۔ ہوا میں اڑتی ہوئی کوئی چیز اس میں گر جائے تو اس بات کا زیادہ قیاس ہوتا ہے کہ اس شے پر مختلف گیسوں کے اثرات ضرور موجود ہوں گے جو کہ جسم انسانی کیلئے مضر ثابت ہو سکتی ہیں۔ پانی میں کسی بھی چیز کے مل جانے سے اس کی اپنی اصل تاثیر ختم ہو جاتی ہے یہ اس شے کی تاثیر کا حامل ہو جاتا ہے۔ اسی طرح کیڑے مکوڑوں کے پانی میں گر جانے پر بھی ایسے پانی کو ضائع کر دینا چاہیے۔ ہمارے یہاں ایک عجیب سی روایت موجود ہے کہ اکثر و بیشتر چائے میں مکھی گر جاتی ہے۔ کچھ لوگ باقاعدہ یہ دیکھتے ہیں کہ اس کے پر اس میں ڈوبے تو نہیں اگر ایسا ہے تو وہ فوراً چائے میں سے مکھی نکال کر پھینک دیتے ہیں اور چائے نوش کر لیتے ہیں۔ ایک طبقہ ایسا بھی موجود ہے جو کہ یہ دیکھتا ہے کہ مکھی کا اگر ایک پر ڈوب گیا ہے تو دوسرا پر وہ خود ڈبو کر اسے نکال کر چائے یا مشروب استعمال کر لیتا ہے۔ ان کے خیال میں مکھی کے ایک پر میں شفا موجود ہوتی ہے اور وہ اس پر کو ہمیشہ مائع سے اوپر اُٹھائے رکھتی ہے۔ لہٰذا دوسرے پر کی مضرت کو ختم کرنے کے لئے یہ عمل ضروری ہے۔ طبی نقطہ نظر سے یہ حرکت بے حد غیر مناسب

Scanned with CamScanner

اور جسم انسانی کی صحت مندی کے برعکس ہے۔ مکھی کے پاؤں اور جسم سے مختلف بیماریوں کے بیکٹیریا چمٹے ہوتے ہیں جو کہ اس حرکت سے مکمل طور پر اس چائے یا مشروب میں شامل ہوجاتے ہیں۔ عموماً یہ بیکٹیریا پیٹ میں جا کر آنتوں کے امراض کا سبب بنتے ہیں۔ لہٰذا تمام لوگوں کو چاہئے کہ وہ ایسی حرکات سے گریز کریں اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی واضح ہدایت پر عمل کریں۔

اکثر یہ معاملہ بھی زیر بحث آتا ہے کہ کیا کھڑے ہوکر پانی کا پینا درست فعل ہے؟ بیٹھ کر تحمل کے ساتھ پانی پینا چاہئے۔ بیٹھ کر پانی پینا آداب سنت میں شامل ہے لیکن کھڑے ہوکر پانی پینے میں کوئی حرج نہیں ہے۔

''امام مالکؒ فرماتے ہیں کہ ان کو یہ بات پہنچی ہے حضرت عمر بن خطابؓ، حضرت علی ابن طالبؓ اور حضرت عثمانؓ بن عفان کھڑے ہوکر پانی پیتے تھے۔''

''ابن شہاب سے راویت ہے کہ ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ اور حضرت سعد بن ابی وقاصؓ دونوں آدمی کے کھڑے ہوکر پانی پینے میں کوئی قباحت خیال نہیں کرتے تھے۔''

''حضرت ابوجعفر قاری روایت کرتے ہیں کہ میں نے حضرت عبداللہ بن عمرؓ کو کھڑے ہو کر پانی پیتے دیکھا ہے۔''

''عامر بن عبداللہ بن زبیرؓ اپنے باپ کے متعلق بیان کرتے ہیں کہ میں انہیں کھڑے ہوکر کئی بار پانی پیتے دیکھا۔''

مذکورہ روایتوں سے معلوم ہوتا ہے کہ امام مالکؒ کے زمانے میں یہ مسئلہ زیر بحث آ گیا تھا کہ کیا کھڑے ہوکر پانی پینا جائز ہے یا نہیں۔ معلوم ہوتا ہے کہ اس دور میں بھی دو آراء سامنے آئی ہوں گی۔ اس سلسلہ میں امام مالکؒ نے تعامل صحابہ کا حوالہ دیا ہے کہ تمام اکابر صحابہ کھڑے ہوکر پانی پینے میں کوئی قباحت محسوس نہیں کرتے تھے۔ ان روایات کی روشنی میں یہ مسئلہ تو بالکل واضح ہوگیا کہ کھڑے ہوکر پانی پینے میں کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ کھڑے ہوکر کھانا کھانے کا مسئلہ قابل غور ہے۔ صحابہ کے دور میں اس معاملے کا تصور نہیں تھا۔ اب اگر طبی رو سے اسے جانچا جائے تو نتیجہ یہ سامنے آتا ہے کہ کھڑے ہوکر کھانا کھانا یا پانی نوش کرنا دونوں بسا اوقات مضر ثابت ہوتے ہیں۔ خصوصاً جب انسان خالی پیٹ ہوتا ہے اور ایسی حالت میں وہ بے صبری

میں پانی حلق سے اتارنے کی کوشش کھڑے ہوکر انجام دیتا ہے تو پانی کا کلیجے پر جا لگنا ممکنات میں سے ہوتا ہے۔ یہ ایک ایسی خطرناک حالت ہوتی ہے کہ آدمی کا اسی لمحے دم بھی نکل سکتا ہے۔

دائیں جانب کا احترام:

''حضرت سہل بن سعد انصاریؓ بیان فرماتے ہیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے پینے کی کوئی چیز لائی گئی، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس میں کچھ نوش فرمایا۔ آپ کے دائیں جانب ایک نوجوان کھڑا تھا اور بائیں جانب کچھ عمر رسیدہ صحابہ۔ آپ نے اس لڑکے سے پوچھا کہ کیوں بھئی تم اجازت دیتے ہو کہ میں یہ ان بزرگوں کو دے دوں۔ لڑکے نے جواب دیا کہ نہیں یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم! میں آپ کا بخشا ہوا حصہ کسی کے لئے ایثار کرنے کو تیار نہیں ہوں۔ اس جواب پر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے وہ پیالہ اس کے ہاتھ میں تھما دیا۔''

اس روایت سے دو چیزیں سامنے آئی ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم ہمیشہ دائیں جانب سے کسی بھی چیز کو برتنا پسند فرماتے تھے۔ دسترخوان پر جب بیٹھا جائے تو اپنے دائیں جانب سے ہی برتنے کا عمل شروع کیا جائے۔ دائیں جانب نیکی کا فرشتہ موجود ہوتا ہے جو کہ آپ کے اس فعل سے نہایت خوش ہوتا ہے اور برائی کی جانب گرنے سے اکثر بچاتا ہے۔ دائیں جانب سے آغاز آپ کی طبیعت میں نیکی کی جانب بڑھنے کا رجحان پیدا کرتا ہے۔ یہ اخلاقیات کی ایک عمدہ کڑی ہے۔ دوسری بات جو سامنے آئی ہے وہ یہ ہے کہ وہ نوجوان نہایت سلیم الطبع تھا جو حصہ نبوی صلی اللہ علیہ وسلم پر اپنا حق زیادہ سمجھتا تھا اور اسے کسی کو دینے پر رضامند نہیں تھا۔ یہ دائیں جانب کا احترام تھا جسے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ملحوظ نگاہ رکھا۔ بعض روایات میں یہ بھی آیا ہے کہ یہ واقعہ حضرت عبداللہ بن عباسؓ کا ہے۔

کھانے میں برکت کا بیان:

''حضرت عبداللہ بن ابی طلحہؓ فرماتے ہیں کہ انہوں نے حضرت انس بن مالکؓ سے سنا، وہ کہتے ہیں کہ ابوطلحہؓ نے اپنی بیوی ام سلیمؓ سے کہا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی آواز میں نقاہت محسوس کی ہے میرے خیال میں آپ بھوک میں مبتلا ہیں۔ کیا تمہارے پاس کچھ کھانے کو

Scanned with CamScanner

ہے۔ انہوں نے کہا کہ ہاں۔ انہوں نے چند ٹکیاں جو کی نکالیں۔ انہیں اپنی اوڑھنی کے کچھ حصہ میں لپیٹا اور میری بغل میں دے دیا، باقی اوڑھنی کا حصہ میرے اوپر ڈال دیا۔ پھر مجھے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں بھیجا۔ میں نے دیکھا کہ رسول اللہ مسجد میں تشریف فرما ہیں آپ کے ہمراہ کچھ اور لوگ بھی تھے۔ میں جا کر کھڑا ہو گیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھ سے پوچھا کہ کیا ابوطلحہ نے بھیجا ہے؟ میں نے کہا جہاں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ساتھیوں سے کہا کہ چلو۔ سب لوگ چل پڑے اور میں ان میں آگے تھا۔ یہاں تک کہ میں ابوطلحہؓ کے پاس آیا اور خبر دی۔ ابوطلحہؓ نے اپنی زوجہ ام سلیمؓ سے کہا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کچھ لوگوں کے ساتھ تشریف لائے ہیں اور ہمارے پاس اتنا کھانا نہیں کہ ان سب کو کھلا سکیں۔ انہوں نے جواب دیا کہ اللہ اور اس کا رسول صلی اللہ علیہ وسلم خوب جانتے ہیں۔ حضرت انسؓ فرماتے ہیں ابوطلحہؓ تیزی سے باہر نکلے اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے ملے اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے ہمراہ گھر میں داخل ہوئے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے کہا کہ ام سلیمؓ لاؤ کیا ہے تمہارے پاس۔ انہوں نے وہی روٹیاں آپ کی خدمت میں پیش کر دیں۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا کہ انہیں چورہ کر دیا جائے۔ ام سلیمؓ نے انہیں چورہ کر کے ان پر اپنی چمڑے کی کپی اوپر انڈیل دی اور ان کو سالن دار کر دیا گیا۔ پھر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس پر جو چاہا دعا کی۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ دس آدمیوں کو اندر بلاؤ۔ آپ کی اجازت سے انہوں نے کھایا اور آسودہ ہو کر نکل گئے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے پھر کہا کہ دس آدمیوں کو بلاؤ۔ وہ آئے، کھایا، آسودہ ہو کر نکل گئے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے پھر کہا کہ دس آدمیوں کا بلاؤ۔ وہ آئے، کھایا، آسودہ ہو کر نکل گئے۔ یہاں تک کہ سب لوگوں نے کھانا کھایا اور آسودہ ہو گئے۔ یہ تمام ستر یا اسی لوگ تھے۔''

''حضرت ابوہریرہؓ سے مروی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ دو آدمیوں کا کھانا تین آدمی کے لئے کافی ہے اور تین آدمیوں کا کھانا چار آدمیوں کے لئے کافی ہے۔''

یہ حدیث نبوی صلی اللہ علیہ وسلم بھی سابقہ بات پر مہر لگاتی ہے کہ آدمی کھانا کھا رہا ہو اور اس میں کوئی تیسرا فرد آ شامل ہو تو کوئی فرق نہیں پڑتا۔ یہ حکم نبوی ایک طرح سے اخلاقی تربیت کا ایک حصہ بھی ہے۔ اس سے دل میں تنگی کا خاتمہ ہوتا ہے اور دوسرے لوگوں کی ترقی اور

خوشحالی کی جانب حاسد نگاہوں کے بجائے قابل ستائش نگاہیں پڑتی ہیں۔ دل میں وسعت ہو تو کوئی بات نہیں کہ کھانے میں برکت نہ پڑے۔ اگر دل میں کنجوسی یا تنگی کا خیال ابھرنے لگے تو رزق میں کمی کے ساتھ ساتھ کھانوں میں سے بھی برکت اُٹھ جاتی ہے۔ یہ عام تجربے کی بات ہے کہ دو آدمیوں کا کھانا ہوتا ہے مگر تین چار افراد کھا کر آسودہ ہو جاتے ہیں۔ روایت کا یہ مطلب نہیں ہے کہ یہ بطور حکم سمجھی جائے بلکہ یہ ہے کہ ایسا ہونا چاہئے۔ یہ عادت ایک عمدہ معاشرے کی تکمیل میں معاونت دیتی ہے۔ آدمی کے دل میں فیاضی اور وسعت موجود ہو، قناعت اور ایثار کا جذبہ ہو، خود غرضی اور طمع نہ ہو۔ یہ ہی ایک عمدہ معاشرے کی بنیادی کڑی ہے۔ جب ہر شخص ایسا سوچنا شروع کر دے گا تو سب برائیاں ختم ہو جائیں گی۔

ڈھانپنے اور بندش کا بیان:

''حضرت جابر بن عبداللہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ سونے سے قبل دروازہ اچھی طرح بند کر لو، مشکیزہ باندھ دو، برتن ڈھانک دو اور چراغ گل کر دو کیونکہ شیطان بند دروازے کو نہیں کھولتا، نہ مشکیزہ کا بندھن کھولتا ہے اور نہ ہی برتن کا منہ کھولتا ہے۔ جبکہ چوہیا لوگوں کے گھروں میں آگ لگا دیتی ہے۔''

یہ حدیث روزمرہ کی زندگی کی جانب اشارہ کرتی ہے کہ آدمی چھوٹی چھوٹی باتوں کو بھی دھیان میں رکھے۔ یہ ہدایات بے حد قیمتی ہیں۔ سونے سے قبل دروازے بند کرنے کی اہمیت سے سب ہی آگاہ ہیں کہ رات کو چوری چکاری کا اندیشہ رہتا ہے اس کے علاوہ کسی ایسے جانور کے گھر میں گھسنے کا خطرہ بھی ہوتا ہے جو خطرناک ہو یا پلید ہو۔ سویا ہوا آدمی عالم غفلت میں ہوتا ہے اسے کسی قسم کا ہوش نہیں ہوتا کہ اس کے اطراف میں کیا ہو رہا ہے۔ اس کے علاوہ اس بات میں یہ حکمت بھی موجود ہے کہ آدمی کو سونے کے لئے رات کا وقت مقرر ہے لہٰذا وہ سکون و اطمینان سے سوئے۔ کم خوابی یا نیند میں بار بار خلل پڑنے سے جسمانی صحت بگڑ جاتی ہے۔ یہ تجربہ آپ کو عام ہوگا کہ رات کو کم سونے یا کسی باعث بے خوابی سے آپ کی آنکھوں تلے حلقے پڑ جاتے ہیں اور صحت گرنا شروع ہو جاتی ہے۔ دروازے کی بندش سے ذہن پر سکون رہتا ہے اور کسی کے خلل ڈالنے کا اندیشہ بھی باقی نہیں رہتا۔ خصوصاً شادی شدہ افراد کو اس ہدایت نے

Scanned with CamScanner

افادیت کا احساس ضرور ہوگا۔ مشکیزہ باندھنے سے متعلق جو حکم آیا ہے وہ سابقہ زمانے سے متعلق ہے۔ گذشتہ وقتوں میں پانی لانے کے لئے مشکیزوں کا عام استعمال ہوتا تھا۔ رات کو اگر مشکیزہ بند نہ کیا جاتا تو ممکن تھا کہ کوئی کیڑا مکوڑا یا چھوٹا جانور اس میں داخل ہوجاتا اور صبح اسی میں پانی بھر کر لوگوں تک پہنچانے میں جو پانی لوگوں کو پینے کے لئے ملتا وہ اس جانور کے جراثیم سے آلودہ ہوتا۔ یہ بیماریوں کے پھیلانے کا سبب بن سکتا ہے۔ لہٰذا مشکیزوں کا منہ خالی ہونے کے فوراً بعد ہی بند کردینا چاہئے۔

یہ بے حد معمولی اور چھوٹی لاپروائیاں ہیں جن سے بسا اوقات بہت سنگین نقصانات سامنے آتے ہیں لہٰذا آدمی کو محتاط رویہ رکھنا چاہئے۔ قرآن مجید کی روشنی میں شیطان کو جو اختیار ہے وہ صرف اتنا ہے کہ وہ لوگوں کے دلوں میں وسوسے پیدا کرے اور انہیں راہ حق سے بھٹکائے۔ وہ عملاً کچھ نہیں کرسکتا۔ چنانچہ وہ دلوں میں غلط فہمیاں ڈال کر فتنہ اندازی کرتا ہے۔ یاد رہے کہ اگر اسے عملاً کچھ کرنے کا اختیار حاصل ہوجائے تو کوئی بھی گھر سلامت نہ رہے۔ اسی حقیقت کی تعبیر نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمائی ہے۔ ''فوسیقہ'' کا لفظ بہت ہی عمدہ ہے۔ طبیعت پھڑک اُٹھی۔ یہ فاسقہ (چھنال) کی تصغیر ہے اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس سے مراد چوہیا لیا ہے جو کہ گھروں کو بڑے نقصانات سے دوچار کردیا کرتی ہے۔ چوہیا چونکہ مادہ ہے اس لئے وہ کسی بھی گھر میں بچوں کی بھرمار کرسکتی ہے، چوہوں کی زیادتی سے طاعون پھیلتا ہے۔ گذشتہ زمانے میں اور اب بھی کئی دیہاتوں میں سرسوں کے تیل کا دیا جلایا جاتا ہے۔ چوہیا کی اس میں چونکہ غذا ہوتی ہے لہٰذا وہ جلتی ہوئی بتی لے اُڑتی ہے۔ اس عمل کے باعث گھر میں آگ لگ جاتی ہے۔

مہمانی و میزبانی کا بیان:

''حضرت ابوشریح الکعبیؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص اللہ اور آخرت پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہئے کہ بھلی بات کرے، یا چپ رہے اور جو شخص اللہ اور یوم آخرت پر یقین رکھے اس کو چاہئے کہ پڑوسی کی عزت کرے اور اللہ اور آخرت پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہئے کہ اپنے مہمان کی عزت کرے، ایک دن اور ایک رات اس کی

خاطر تواضع کرے اور تین دن تک اس کی میزبانی کرے۔ اس کے بعد جو بھی ہے وہ صدقہ ہے اور مہمان کے لئے جائز نہیں کہ وہ اس کے پاس اتنا ٹھہرے کہ میزبان کو تنگ کردے۔''

زندگی کا کوئی ایسا حصہ یا پہلو ایسا نہیں ہے جس کے بارے میں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے واضح انداز میں رہنمائی نہ کی ہو۔ اس روایت میں زندگی کے بعید گوشوں سے متعلق روشنی ڈالی گئی ہے۔ اللہ اور آخرت پر ایمان کا تقاضا یہ ہے کہ زبان کھولے تو خیر کے لئے، ورنہ خاموشی بہتر ہے کیونکہ سارے فتنے زبان کے بے جا استعمال سے ہی رونما ہوتے ہیں۔ فضول بکواس، غیبت، تہمت، تحقیر سب زبان کے ہی کرشمے ہیں۔ یہ ایسی فتنہ انگیزی پھیلاتے ہیں کہ معاشرہ میں بے سکونی برپا ہوجاتی ہے۔ لوگ ایک دوسرے کے گریبانوں پر ہاتھ ڈالنے پر اتر آتے ہیں۔ ایک دوسرے کی تحقیر سے بات کہیں کی کہیں جا پہنچتی ہے۔ اخبارات میں قتل و غارت کی خبریں شائع ہونا، اسی امر کی دلیل ہے کہ زبان میں چاشنی کے بجائے کڑواہٹ انسان کو جانور بنا دیتی ہے اور پھر وہ ایسی سطح پر اتر آتا ہے جہاں اس کی دنیا اور آخرت دونوں تباہ ہوجاتی ہیں۔ اگر آدمی کوئی بھی کام کرنے سے پہلے اپنی آخرت کے بارے میں غور کرتا رہے تو یہ نوبت پیدا ہی نہیں ہوتی۔ ایک طرح سے یہ ہدایت پر امن معاشرے کے ساتھ ساتھ نفسیاتی اصلاح بھی ہے۔ اگر سب لوگ اپنی آخرت کی بہتری کو ملحوظ نگاہ رکھیں تو برائی خود بخود ختم ہوجائے گی۔ یوم آخرت کی تکرار اسی بات کا بین ثبوت ہے کہ یہ انسان کو اچھائی کی جانب جانے کی ترغیب دیتی ہے۔ اللہ کو یاد رکھنا کہ وہ شہ رگ سے زیادہ قریب ہے آدمی کو برائی سے دور رکھنے کے لئے کافی ہے۔ انسان میں بہتر سوچنے اور اپنی بہتری کی راہ ہموار کرنے میں یہ احساس سونے پر سہاگہ کا کام دیتا ہے۔ اس حدیث میں پڑوسی کی عزت وحرمت کے بارے میں بھی ہدایت کی گئی ہے اسے خوش رکھنا اور اس کے کام آنا چاہئے۔ یہ پرامن معاشرے کی تکمیل کا ایک حصہ ہے۔ پڑوسی کا معاشرے میں جو کردار ہے اس سے ہر کوئی واقف ہے۔ ہر نئے دن میں طرح طرح کی آزمائشیں آتی ہیں۔ عمدہ تعلقات کی بدولت ان سے بآسانی نکلا جا سکتا ہے۔ یہ بات صرف گھر کی دیوار سے ملنے والے ہمسائے تک محدود نہیں بلکہ اس محلے میں جتنے بھی افراد رہتے ہیں ان سب کے لئے ہے۔ معاشرے میں عمدہ تعلقات اور مل جل کر رہنا ہی امن وخوشحالی کا باعث ہوسکتا ہے۔ وقت پڑنے پر ہمسائیوں کی مدد سے انسان اپنی مصیبت

Scanned with CamScanner

سے فوری نکل آتا ہے۔ اس حدیث کے آخری حصہ میں مہمان اور میزبان کے بارے میں بیان کیا گیا ہے۔ میزبان کو ہدایت کی گئی ہے کہ وہ مہمان کے آنے پر تنگ نظری اور ناراضگی کا اظہار نہ کرے بلکہ خوش دلی سے اس کا استقبال کرے اور اس کی آؤ بھگت میں کوئی کمی نہ چھوڑے۔ پہلے دن اور رات میں یعنی تین اوقات کے کھانے میں خاص اہتمام سے کام لے۔ یہ اہتمام اسی حد تک ہو کہ خود پر بوجھ نہ پڑے۔ اس کے بعد اگر مہمان مزید ٹھہرے تو تین دن تین رات تک اس کی ضیافت کرے یعنی اسے وہ کھلائے جو وہ خود کھاتا ہے۔ اس کے بعد بھی اگر مہمان ٹھہرا رہے تو اسے کھانا کھلانا صدقہ قرار پائے گا یعنی اب وہ مہمان نہیں بلکہ سائل کے درجے میں ہوگا۔ مہمان کے لئے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ نصیحت فرمائی کہ وہ اتنا طویل قیام نہ کرے کہ میزبان کی زندگی اجیرن ہو جائے یا اس کی سفید پوشی کا پردہ چاک ہونے لگے۔ یہ ہدایت بھی واضح طور پر معاشرتی اصلاح کی جانب اشارہ کرتی ہے۔ میزبانی و مہمانی کا آپس میں گہرا رشتہ ہے۔ کچھ لوگ دوسرے شہروں سے آتے ہیں، کچھ لوگ محلے سے آتے ہیں، جب یہ آپ کے گھر میں آجاتے ہیں تو انہیں مہمان کا درجہ حاصل ہوتا ہے انہیں کھانا کھلانا اور تواضع کرنا ایک بہترین عمل ہے۔ کسی بھی گھر میں آنے والے لوگ رشتہ دار یا عزیز ہی ہو سکتے ہیں۔ آپس میں بھائی چارہ اور اخوت کی یہ عمدہ مثال ہے جسے کوئی بھی نفسیات داں فراموش نہیں کر پاتا۔ یہ ایک ایسا اصول ہے جس کے باعث پرامن معاشرہ مکمل ہو پاتا ہے۔ مہمان کو یہ بتا دیا گیا کہ وہ تین دن بعد اس درجے میں جا پہنچتا ہے جہاں اس کی حیثیت سائل کی سی ہو جاتی ہے۔ یہ واضح کرنا گھریلو حالات و ضروریات کے حق میں ہے۔

حرام کو حلال بنانے کی ممانعت کا بیان:

''حضرت عبداللہ بن ابی بکرؓ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اللہ یہود کو غارت کرے کہ اللہ تعالیٰ نے ان کو چربی کھانے سے منع فرمایا تو انہوں نے (یہ حیلہ کیا کہ) اس کو بیچا اور اس کی قیمت کھا گئے۔''

قوم یہود کی سرکشی کے بارے میں قرآن مجید میں جابجا ذکر ہوا ہے۔ دنیا کی واحد قوم جن پر اللہ تعالیٰ مہربان تھا مگر انہوں نے اپنی شر پسند حرکات اور نافرمانی سے اللہ کے غضب کو

بار بار دعوت دی۔ قرآن مجید میں ہے کہ یہود کی سرکشی کی سزا کے طور پر اللہ تعالیٰ نے اصر و اغلال کی نوعیت کی جو اشیاء ان پر حرام کیں، ان میں چربی بھی شامل تھی۔ انہوں جب یہ دیکھا کہ چربی بچ جاتی ہے اور وہ اسے کھا تو نہیں سکتے تو انہوں نے یہ د ہ پکڑا کہ اسے دوسرے لوگوں کے ہاتھ بیچ دیا کرتے اور اس کی قیمت ہڑپ کر لیا کرتے۔ اس حدیث سے معلوم ہوا کہ جو چیز کھانے کے لئے حرام قرار دی گئی ہو، اس کی تجارت کرنا اور اس سے حاصل ہونے والا فائدہ کا استعمال کرنا، دونوں حرام فعل شمار کئے جاتے ہیں۔ جس چیز کا کھانا ممنوع نہیں، اس کی بیع کی حرمت کی بھی کوئی وجہ نہیں۔ یہود کی سرکشی کو ختم کرنے کے لئے مختلف اوقات میں کئی احکامات انہیں دیئے گئے مگر انہوں نے اپنی عادت کے تحت انہیں سن کر اڑا دیا۔ نافرمانی کے باعث ہی وہ آج دربدر دیگر اقوام کی ٹھوکروں میں ہیں۔ جب یہ حکم دیا گیا کہ اب چربی نہیں کھائیں گے تو اس دور کے حالات پر نگاہ ڈالنا بے حد ضروری ہوگا۔ یہ وہ دور تھا جب یہود بہترین و آسودہ زندگی گذار رہے تھے، ان کے معمولات زیادہ تیزی میں نہیں تھے۔ یکساں انداز میں زندگی کا بسر ہونا ایک طرح سے جسمانی مشین کے لئے درست نہیں ہے۔ چربی کا استعمال وہ شخص بہتر طور پر کر سکتا ہے جو دن میں کڑی مشقت کر کے اس کے حراروں کو جلا سکے۔ وہ شخص، جو کہ سارا دن ایک ہی جگہ بیٹھ کر اپنے کام انجام دے اور رات کو بستر پر گر کر سو جائے اس کے لئے چربی بے حد نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔ یہود کی حالت اتنی خراب ہو چکی تھی کہ وہ سخت محنت سے کتراتے اور آرام طلبی کی جانب زیادہ مائل ہوتے۔ ایسی حالت میں اللہ تعالیٰ نے ان پر ایک بار پھر رحمت کی اور انہیں آنے والی سنگین صورت حال سے بچایا۔ مگر انہوں نے ایک نیا کسب اختیار کر لیا۔ چربی کی زیادتی یا روزمرہ استعمال دل کے لئے مضر ثابت ہوتا ہے۔ یہ کولیسٹرول میں اضافہ کرتا ہے جو کہ ہارٹ اٹیک کا موجب بنتا ہے۔

کھانے پینے کے اسلامی آداب

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اللہ تعالیٰ کی طرف سے امت کے لئے اشیاءِ خورد و نوش کے بارے میں حلال اور حرام ہونے کے احکام بھی بیان فرمائے اور کھانے پینے کے آداب بھی بتلائے۔ ان میں سے بعض آداب کا تعلق تہذیب و سلیقہ اور وقار سے ہے، بعض میں طبی

Scanned with CamScanner

مصلحت ملحوظ رکھی گئی ہے اور بعض اللہ کے ذکر و شکر کے قبیل سے ہیں اور ان کے ذریعہ کھانے پینے کے عمل کا جو بظاہر خالص مادی عمل ہے اور نفس حیوانی کے تقاضے سے ہوتا ہے، روحانی و نورانی اور تقرب الی اللہ کا ذریعہ بنادیا جاتا ہے۔

کھانے پینے سے متعلق حدیثوں میں ایسے اشارات موجود ہیں جن سے معلوم ہو جاتا ہے کہ ان میں کھانے پینے کے جن آداب کی تعلیم و تلقین فرمائی گئی ہے، ان کا درجہ استحباب اور استحسان کا ہے، اس لئے اگر ان پر عمل نہ ہوا تو کوئی گناہ کی بات نہ ہوگی۔

کھانے اور پینے کے اسلامی آداب حسب ذیل ہیں:-

جب کوئی آدمی کھانے پر بیٹھے تو وہ پہلے خدا رزاق کا نام لے یعنی بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھے اور طعام سے فارغ ہونے کے بعد خدا کا شکر ادا کرے اور ایسا ہی پانی پیتے وقت کرے کیونکہ جب خداوند کریم کی حمد اور ثنا اور اس کا نام مبارک یاد کر کے کھایا جائے تو اس سے برکت آجاتی ہے اور شیطان دور رہتا ہے۔

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے تورات میں پڑھا تھا کہ کھانے کے بعد ہاتھ منہ دھونا باعث برکت ہے۔ میں نے یہ بات رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے ذکر کی تو آپ نے فرمایا کہ کھانے سے پہلے اور اس کے بعد ہاتھ اور منہ کا دھونا باعث برکت ہے۔ (جامع ترمذی، ابوداؤد)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جب کھانا سامنے رکھ دیا جائے تو اپنے جوتے اتار دیا کرو اس سے تمہارے پاؤں کو زیادہ راحت ملے گی۔ (مسند داری)

وحشی بن حرب رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے بعض صحابہ نے عرض کیا کہ ہمارا حال یہ کہ کھانا کھاتے ہیں اور آسودگی حاصل نہیں ہوتی۔ آپ نے فرمایا کہ شاید تم لوگ الگ الگ کھاتے ہو؟ انہوں نے عرض کیا کہ ہاں، الگ الگ کھاتے ہیں۔ آپ نے ارشاد فرمایا کہ تم کھانے پر ایک ساتھ بیٹھا کرو اور اللہ کا نام لے کر یعنی بسم اللہ کر کے (اجتماعی طور پر) کھایا کرو، پھر تمہارے واسطے اس کھانے میں برکت ہوگی (اور طبیعت کو سیری حاصل ہو جایا کرے گی۔) (سنن ابی داؤد)

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا، آپ فرماتے تھے، ایک کا کھانا دو کے لئے کافی ہو جاتا ہے اور دو کا کھانا چار کے لئے اور اسی طرح چار کا کھانا آٹھ کے لئے کافی ہو جاتا ہے۔ (صحیح مسلم)

جابر بن عبداللہؓ سے روایت ہے کہ پیغمبر صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ہے کہ جب آدمی اپنے گھر میں داخل ہوتے وقت اور کھانا کھانے کے بعد خداوند کریم کا نام لیتا ہے تو اس وقت شیطان اپنی اولاد کو کہتا ہے کہ اب تمہارے لئے اس گھر میں نہ تو رات رہنے کے لئے جگہ رہی ہے اور نہ ہی رات کے کھانے میں شریک ہو سکو گے۔ یہاں سے بھاگ جاؤ۔ اور اگر کوئی آدمی گھر میں آنے اور کھانا کھانے کے وقت خدا کا نام نہیں لیتا تو اس وقت شیطان اپنی اولاد کو کہتا ہے کہ اب تم نے اس گھر میں رات رہنے کی جگہ پالی ہے اور رات کے وقت کھانے میں بھی شریک ہو گے۔

حضرت حذیفہؓ نے روایت ہے کہ آپ نے فرمایا کہ کھانے کے وقت ہم پیغمبر صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا کرتے تھے اور آپ کے ساتھ کھانا کھاتے تھے اور جب تک آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کھانے کی طرف اپنا ہاتھ نہیں بڑھاتے تھے۔ تب تک ہم میں سے کوئی آدمی پیش دستی نہیں کرتا تھا۔ ایک دن کھانا کھانے کے وقت ہم لوگ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر تھے۔ اسی اثناء میں ایک اعرابی آیا اور اس طرح آیا جیسے کوئی آدمیوں کو ہٹاتا ہوا آتا ہے اور آتے ہی اس نے چاہا کہ کھانے میں ہاتھ ڈالے۔ جونہی اس نے طعام کی طرف ہاتھ بڑھایا۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کا ہاتھ پکڑ لیا۔ اس کے بعد اسی حالت میں ایک لڑکی آئی اور اس نے بھی کھانے میں ہاتھ ڈالنا چاہا۔ اس کا ہاتھ بھی پیغمبر صلی اللہ علیہ وسلم نے پکڑ لیا اور فرمایا کہ جس کھانے پر خدا پاک کا نام نہ لیا جائے اس کو شیطان اپنے واسطے حلال سمجھتا ہے اور شیطان اس اعرابی کو لایا تا کہ اس کے ساتھ مل کر کھانا کھائے۔ اس واسطے میں نے اس کے ہاتھ کو پکڑ لیا اور اس لڑکی کو لایا تھا کہ اس کے ہمراہ کھانا کھائے۔ اسی واسطے اس کا ہاتھ بھی میں نے پکڑ لیا اور اس کے بعد فرمایا جس کے ہاتھ میں میری جان ہے مجھے اسی ذات کی قسم ہے کہ ان دونوں کے ہاتھوں کے ساتھ شیطان کا ہاتھ بھی میرے ہاتھ میں ہے۔ شیطان اپنے لئے کھانے کو جائز کر لیتا ہے (یعنی اس کے لئے کھانے میں شرکت اور حصہ داری کا

Scanned with CamScanner

امکان اور جواز پیدا ہو جاتا ہے) جبکہ اس کھانے پر اللہ کا نام نہ لیا گیا ہو۔ (صحیح مسلم)۔ مکا

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جب تم میں سے کوئی کھانا کھانے کا ارادہ کرے تو چاہئے کہ اللہ کا نام لے (یعنی پہلے بسم اللہ پڑھے) اور اگر شروع میں بسم اللہ پڑھنا بھول جائے تو بعد میں کہہ لے "بِسْمِ اللّٰهِ اَوَّلَهٗ وَ آخِرَهٗ."

حضرت عائشہؓ سے روایت کی گئی ہے کہ کھانا نمک سے شروع کر کے نمک پر ہی ختم کرنا چاہئے۔

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں ثرید سے بھری ہوئی ایک لگن آئی۔ آپ نے (لوگوں کو اس میں شریک فرمایا لیا اور) فرمایا کہ اس کی اطراف سے کھاؤ اور بیچ میں ہاتھ نہ ڈالو، کیونکہ برکت بیچ میں نازل ہوتی ہے۔ (جامع ترمذی) یہی روایت جامع ترمذی، ابن ماجہ، مسند دارمی میں بھی ان الفاظ میں ملتی ہے کہ جب تم میں سے کوئی کھانا کھائے تو اسے چاہئے کہ طباق کے بالائی حصہ سے (یعنی بیچ سے) نہ کھائے بلکہ نیچے والے حصہ سے (یعنی کنارے سے) کھائے کیونکہ برکت بالائی حصے سے اترتی ہے۔

حضرت عمر بن ابی سلمہ سے روایت ہے وہ بیان کرتے ہیں کہ میں (بچپن میں) رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی آغوشِ شفقت میں پرورش پا رہا تھا تو (کھانے کے وقت) میرا ہاتھ پلیٹ میں ہر طرف چلتا تھا تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے نصیحت فرمائی کہ (کھانے سے پہلے) بسم اللہ پڑھا کرو اور اپنے داہنے ہاتھ سے اور اپنے سامنے ہی سے کھایا کرو۔ (صحیح بخاری و صحیح مسلم)

حضرت عمر بن عبداللہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا، جب تم میں سے کوئی کچھ کھائے تو داہنے ہاتھ سے کھائے اور جب کچھ پیئے تو داہنے ہاتھ سے پیئے۔ (صحیح مسلم)

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا تم میں سے کوئی نہ بائیں ہاتھ سے کھائے اور نہ اس سے پیئے کیونکہ (یہ شیطانی طریقہ ہے) وہ بائیں ہاتھ سے کھاتا اور پیتا ہے (صحیح مسلم)۔

نوالہ چھوٹا ہونا چاہئے۔ اسے اچھی طرح چبا کر حلق سے اتارا جائے۔

اگر کھانا ایک قسم کا ہو تو اپنے قریب سے کھانا چاہئے جو اس کے سامنے ہو اور اگر طرح طرح کا کھانا ہو تو اس صورت میں دوسروں کے سامنے سے کھانے میں بھی کوئی ہرج نہیں ہے یعنی ان کے سامنے سے بھی کھانے کا برتن لیا جا سکتا ہے۔ اگر کئی قسم کے پھل اور میوے ہوں تو ہر طرف سے ان کو اٹھا لینے میں بھی کوئی مضائقہ نہیں ہے۔

کھانے کے برتن اور پانی کے برتن میں پھونک نہ ماری جائے اور اگر کھانے یا پینے میں سانس رک جائے تو اس حالت میں منہ سے پیالہ ہٹا کر سانس لے لینا چاہئے اور پھر بعد میں کھانے پینے کا آغاز کرنا چاہئے۔

حضرت ابو جحیفہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ میں ٹیک لگا کر یا کسی چیز کے سہارے بیٹھ کر کھانا نہیں کھاتا۔ (صحیح بخاری)۔

چنانچہ تکیہ لگا کر کھانا یا پینا نہیں چاہئے کیونکہ یہ مکروہ ہے اور اگر کوئی کھڑا ہو کر کھائے یا پیئے تو بعض کے نزدیک یہ درست ہے اور بعض علماء نے اس کو مکروہ بھی بیان کیا ہے۔ بہتر یہ ہے کہ بیٹھ کر کھایا پیا جائے۔ اگر کھانا کھاتے ہوئے کوئی خصوصی چیز اپنے ہم نشینوں کی طرف بڑھانا مقصود ہو تو پہلے دائیں طرف سے دینا شروع کی جانی چاہئے۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے سونے اور چاندی کے برتن میں کھانے سے منع فرمایا۔ (سنن نسائی)۔

کھانے کے وقت لقمہ منہ میں ڈال کر منہ سے نہیں نکالنا چاہئے سوائے اس حالت کے کہ لقمہ گلے میں پھنس جائے یا زیادہ گرم ہو اور منہ کو جلانے لگے اور تکلیف برداشت سے باہر ہو جائے۔

اگر کھانا کھاتے ہوئے کسی کو چھینک آئے تو اسے چاہئے کہ اپنا منہ ڈھانپ لے اور کوشش کرے کہ الگ ہو کر چھینکے۔

کھانے کے وقت اگر کوئی آدمی پاس کھڑا ہو تو اسے کھانے میں شریک ہونے کی دعوت دی جانی چاہئے اور اگر وہ انکار کر دے یا کھانا کھلانے یا پانی پلانے کی خدمت پر مامور ہو تو چاہئے کہ اس کو کھانے میں سے کم از کم ایک عمدہ ذائقے دار لقمہ کھلا دیا جائے۔

حضرت نبیشہ ہذلی رضی اللہ عنہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت کرتے ہیں آپ نے فرمایا جو کوئی کسی برتن میں کھائے اور اس کو بالکل صاف کر دے (کہ اس میں کچھ لگا نہ رہ

Scanned with CamScanner

جائے) تو وہ برتن اس آدمی کے حق میں مغفرت کی دعا کرتا ہے۔ (مسند احمد، جامع ترمذی، سنن ابن ماجہ، مسند دارمی)۔

جو لوگ کھانے میں شریک ہوں اور وہ کسی وجہ سے افسردہ وملول ہوں تو چاہئے کہ ان کے ساتھ خوش کلامی اور خوش مزاجی سے حسب حال گفتگو کی جائے۔

کسی کھانے والے کے منہ کی طرف بار بار نہیں دیکھنا چاہئے کیونکہ ایسا کرنے سے کھانے والے کو شرمندگی ہوتی ہے۔

کھانا کھاتے ہوئے ایسی باتیں نہیں کرنی چاہئیں جن کو لوگ برا سمجھیں اور نہ ایسا کلام کرنا چاہئے جس سے دوسروں کو ہنسی آئے کیونکہ اس سے حلق میں لقمہ پھنس جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ ایسی باتیں بھی نہیں کرنی چاہئیں جو رنجیدہ کرنے والی ہوں اور کھانے والوں کو کھانا کھانا دشوار ہو جائے۔

اتنا زیادہ کھانا کھا لینا کہ بدہضمی کا اندیشہ ہو جائے، مکروہ ہے۔ آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ انسان نے کوئی ایسا پیالہ پُر نہیں کیا جو اس کے پیٹ سے زیادہ بھرا ہو۔

لقمہ منہ سے نکال کر برتن میں ڈالنا اور کھاتے وقت خلال کرنا مکروہ ہے۔

مہمان کو یہ روا نہیں کہ طعام کی برائی بیان کرے اور نہ ہی صاحب دعوت کو روا ہے کہ وہ اپنے کھانے کی تعریف کرے اور اسے اچھا کہے اور اس کو قیمتی ظاہر کرے کیونکہ اس میں ہلکا پن اور کم ظرفی پائی جاتی ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے کبھی کسی کھانے میں عیب نہیں نکالا (یعنی یہ نہیں فرمایا کہ اس میں یہ خرابی ہے یا یہ عیب اور نقص ہے) اگر مرغوب ہوا تو تناول فرما لیا اور نا مرغوب ہوا تو نہ کھایا، چھوڑ دیا۔ (صحیح بخاری، صحیح مسلم)۔

جب تک دوسرے آدمی طعام سے فارغ ہو کر ہاتھ نہ ہٹا لیں تب تک اپنا ہاتھ نہ ہٹائے، چاہے سیر ہی ہو چکا ہو۔ ہاں اگر دوسرے آدمی کشادہ پیشانی سے اجازت دے دیں تو اس وقت ہاتھ ہٹانا اور بس کرنا جائز ہے۔

اگر کوئی دعوت کرے تو اسے یہ فرمائش نہیں کرنی چاہئے کہ میرے لئے فلاں قسم کا کھانا تیار کریں کیونکہ ایسا کرنا میزبان پر بوجھ ڈالنا اور اسے تردد میں مبتلا کرنا ہے۔

اگر کھانے کی چیز میں کوئی دوسری چیز جا پڑے جس سے خون جاری ہو اور وہ کھانے والی چیز مائع یعنی تر اور بہنے والی ہے تو وہ کھانا ناپاک ہو جاتا ہے اور اس کا کھانا حرام ہے۔ اگر کھانا خشک ہے اس میں پانی کی ملاوٹ نہیں تو اس صورت میں اس ناپاک چیز اور اس کے آس پاس کے کھانے کو نکال کر پھینک دینا چاہئے اور باقی ماندہ کھا لینا چاہئے۔ اگر کھانے میں گرنے والی چیز سے خون جاری ہو یا زہریلی چیزوں از قسم سانپ اور بچھو میں شامل ہو تو اس صورت میں یہ کھانا حرام ہو جاتا ہے کیونکہ ایسا کھانا کھانے سے ضرر پہنچنے کا احتمال ہے۔

اگر کھانے میں مکھی جا گرے تو اس کے لئے حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کی روایت کے مطابق حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ہے کہ جب کسی کے کھانے پینے کے برتن میں مکھی گر جائے تو اس کو غوطہ دے کر نکال دو، کیونکہ اس کے دو بازوؤں میں سے ایک میں بیماری (پیدا کرنے والا مادہ) ہوتا ہے اور دوسرے میں (اس بیماری کے اثر کو دفع کر کے) شفا دینے والا مادہ ہوتا ہے، اور وہ اپنے بازو سے جس میں بیماری والا مادہ ہوتا ہے بچاؤ کرتی ہے (یعنی جب کسی چیز میں گرتی ہے تو اس کے بل گرتی ہے اور دوسرے بازو کو بچانا چاہتی ہے) تو کھانے والے کو چاہئے کہ مکھی کو غوطہ دے کر نکال دے۔ (سنن ابی داؤد)۔

حضرت اسماء بنت ابوبکر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا طریقہ یہ تھا کہ جب ثرید پکا کر ان کے پاس لائی جاتی تو وہ ان کے حکم سے اس وقت تک ڈھکی رکھی رہتی تھی کہ اس کی گرمی کا جوش اور تیزی ختم ہو جاتی (اس کے بعد وہ کھائی جاتی) اور (اپنے اس طرز عمل کی سند میں) وہ فرمایا کرتی تھیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا ہے کہ اس طرح (کچھ ٹھنڈا کر کے) کھانا زیادہ برکت کا باعث ہوتا ہے۔ (مسند دارمی)

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہدایت فرمائی کہ (کھانے کے بعد) انگلیوں کو چاٹ لیا جائے اور برتن کو بھی صاف کر دیا جائے۔ آپ نے فرمایا کہ تم کو معلوم نہیں کہ کھانے کے کس ذرہ اور جز میں برکت کا خاص اثر ہے۔ (صحیح مسلم)۔

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ فرماتے ہوئے خود سنا کہ "تمہارے ہر کام کے وقت، یہاں تک کہ کھانے کے وقت بھی، شیطان تم میں سے ہر ایک کے ساتھ رہتا ہے، لہٰذا جب (کھانا کھاتے وقت) کسی کے ہاتھ

Scanned with CamScanner

سے لقمہ گر جائے تو اسے چاہئے کہ اس کو صاف کر کے کھا لے اور شیطان کے لئے چھوڑ نہ دے۔ پھر جب کھانے سے فارغ ہو تو اپنی انگلیوں کو بھی چاٹ لے کیونکہ وہ نہیں جانتا کہ کھانے کے کس جز میں خاص برکت ہے۔ (صحیح مسلم)۔

حضرت قتادہ نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے خادم حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت کیا ہے کہ وہ بیان کرتے تھے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے کبھی خوان پر کھانا نہیں کھایا اور نہ چھوٹی طشتری یا پیالی میں کھایا اور نہ کبھی آپ کے لئے چپاتی پکائی گئی۔ قتادہ سے پوچھا گیا تو پھر (رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور آپ کے اصحاب کرام) کس چیز پر کھانا کھایا کرتے تھے۔ تو انہوں نے کہا کہ دسترخوانوں پر۔ (صحیح بخاری)۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا اللہ تعالیٰ اپنے بندہ کے اس عمل سے بڑا خوش ہوتا ہے کہ وہ کچھ کھائے اور اس پر اللہ کی حمد اور اس کا شکر کرے یا کچھ پئے اور اس پر اس کی حمد اور شکر ادا کرے۔ (صحیح مسلم)

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔ تم اونٹ کی طرح ایک سانس میں نہ پیا کرو بلکہ دو دو یا تین تین سانس میں پیا کرو اور جب تم پینے لگو تو بسم اللہ پڑھ کر پیو اور جب پی چکو اور برتن منہ سے ہٹاؤ تو اللہ کی حمد اور اس کا شکر کرو۔ (جامع ترمذی)

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم پینے میں تین دفعہ سانس لیتے تھے۔ (صحیح بخاری)

(اور صحیح مسلم کی روایت میں یہ اضافہ ہے کہ آپ فرماتے تھے کہ اس طرح درمیان میں سانس لے لے کر پینے سے زیادہ سیرابی حاصل ہوتی ہے اور یہ زیادہ صحت بخش اور معدہ کے لئے زیادہ خوشگوار ہے)۔

حضرت عبداللہ ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے پینے کے برتن میں سانس لینے یا پھونک مارنے سے منع فرمایا (سنن ابی داؤد وابن ماجہ)۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے کھڑے کھڑے پینے سے منع فرمایا۔ (صحیح مسلم)۔

کھانے کے بعد ہاتھ دھو لینے چاہئیں۔ حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو کوئی رات کو اس حال میں سو جائے کہ اس کے ہاتھ میں کھانے کی چکنائی کا اثر اور اس کی بو ہو اور اس کی وجہ سے اسے کوئی گزند پہنچ جائے (مثلاً کوئی کیڑا کاٹ لے) تو وہ بس اپنے ہی کو ملامت کرے (اور اپنی ہی غلطی اور غفلت کا نتیجہ سمجھے)۔ (جامع ترمذی، سنن ابی داؤد، سنن ابن ماجہ)۔

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشادِ مبارک ہے۔ بہترین ناشتہ وہ ہے جو صبح جلدی کیا جائے کیونکہ صبح کو پیٹ خالی ہوتا ہے اور اس وقت انسان کو ہلکی غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ دوپہر کے کھانے کے بعد کچھ دیر کے لئے قیلولہ کا حکم ہے کیونکہ اس سے انسان پھر سے تروتازہ اور توانا ہوتا ہے جبکہ رات کے کھانے کے بارے میں ارشاد ہے۔ ''رات کا کھانا کھایا کرو کیونکہ رات کا کھانا ترک کر دینے سے بڑھاپا طاری ہوتا ہے۔ چاہے یہ کھانا قلیل ہی کیوں نہ ہو۔'' رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی کا حکم ہے۔ ایک صحابی نے عذر کیا کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم میں دن کو کافی چل لیتا ہوں۔ اس لئے کافی تھکا ہوا ہوتا ہوں اور چہل قدمی نہیں کر سکتا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔ اگر زیادہ ممکن نہیں تو کم از کم سو قدم ضرور چل لیا کرو۔ اطباء کے نزدیک رات کے کھانے کے بعد چہل قدمی دل کے حملے سے بچاتی ہے۔ قبض نہیں ہونے دیتی۔ پیٹ میں ہوا جمع نہیں ہوتی۔ علاوہ ازیں چہل قدمی کی وجہ سے ٹانگوں میں خون کو ٹھیک سے دورہ کرنے کا موقع ملتا ہے اور آنتوں میں گردش کرنے والا خون وریدوں میں ٹھہراؤ کی وجہ سے مسہ بن کر بواسیر کی صورت میں ظاہر نہیں ہوتا۔

☆☆☆

کلونجی کیا ہے؟

بے شمار لوگوں کو صحیح طرح یہ معلوم نہیں کہ جس کلونجی کے بارے میں بار بار تاکید کی جاتی ہے وہ دراصل ہے کیا چیز.....؟ کلونجی دراصل ایک معروف پودے کے بیج ہیں۔ جن کو عربی میں حبۃ السوداءٗ، فارسی میں شونیز، انگریزی میں نائجیلا سیڈز (Nigella-Seeds) کہا جاتا ہے۔ اسے بائبل مقدس میں بلیک کیومن (Black Cumin) کہا گیا ہے۔ بنگالی میں مگریلا، سندھی میں کلوڑی، سنسکرت میں کنچی، ہندی میں کالی جیری، آیورویدک میں کرشن جیرک، تیلگو میں تلاجیرا کہا جاتا ہے۔ کلونجی کا پودا سونف کے پودے سے کچھ مشابہت رکھتا ہے۔ اونچائی میں تقریباً 45 سینٹی میٹر تک ہوتا ہے۔ اس کے پھولوں کا رنگ نیلگوں اور شاخیں باریک اور پھلیاں لمبی ہوتی ہیں۔ پک جانے کے بعد ان میں سے پیاز کے بیجوں جیسے تخم نکلتے ہیں۔ کیمیاوی لحاظ سے اس میں کچھ مقدار روغن قراری اور روغن لحمی کی پائی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ اور کئی کیمیاوی اجزاٗ پائے جاتے ہیں۔ کلونجی کو داخلی اور خارجی دونوں طرح استعمال میں لایا جاتا ہے اور دونوں ہی طرح مفید ہے۔ برصغیر میں کلونجی کا استعمال صدیوں سے رائج ہے۔ یہاں کے لوگ اسے اچار میں ڈالتے ہیں اور کئی قسم کے کھانوں میں بطور گرم مصالحہ بھی استعمال کرتے ہیں۔

کلونجی کی کاشت گندم کے ساتھ ہوتی ہے اور گندم کے ساتھ یہ پکتی یا تیار ہوتی ہے۔ پاکستان کے میدانی علاقوں میں خصوصاً ملتان، بہاولپور، رحیم یار خان اور سندھ میں آسانی سے کاشت کی جاسکتی ہے لیکن حکماء کے نزدیک یہ پانی کے کناروں موسم برسات میں بوئی جاتی ہے۔ یہ ہندوستان میں عموماً پنجاب، بنگال، بہار، دکن میں عموماً کاشت کی جاتی ہے جبکہ ترکی اور اٹلی میں خاص طور پر پیدا کی جاتی ہے۔

کلونجی کا پودا سونف کی طرح لیکن اس سے کسی قدر چھوٹا ہوتا ہے۔ پتے سونف کی طرح لیکن کچھ پتلے اور چوڑے ہوتے ہیں۔ پھول سفیدی مائل زرد اور کبھی نیلاہٹ لئے زرد ہوتے ہیں اور سردیوں میں آدھ انچ لمبائی میں پھلیاں لگتی ہیں۔ جن میں سیاہ تکونے تخم بھرے ہوتے

ہیں۔ یہی تخم کلونجی ہے جو کہ بطور دواء استعمال ہوتی ہے۔ ان میں ایک خاص قسم کی خوشبو ہوتی ہے اور ان کا ذائقہ پھیکا سا ہوتا ہے۔

کلونجی کی شناخت کا طریقہ:

بعض مؤلفین نے کلونجی کے عربی نام حبۃ السوداءٗ اور فارسی نام شونیز کے باعث اس کا ہندی نام کالا دانہ تحریر کیا ہے۔ یہ درست ہے کہ عربی اور فارسی نام کا لفظی ترجمہ سیاہ دانہ ہی ہوتا ہے مگر یہ شناخت درست نہیں ہے کیونکہ کالا دانہ سے مراد کلونجی نہیں بلکہ حب النیل ہے جو کہ عموماً مسہلات میں استعمال کیا جاتا ہے۔ اسی طرح آیورویدک طب کے بیان کے مطابق زیرہ سیاہ اور زیرہ سفید کا تعلق جس فیملی سے ہے، کلونجی کو بھی اسی خاندان کا رُکن بیان کیا گیا ہے یعنی وہ کلونجی کو زیرہ سیاہ و سفید کی ہی تیسری قسم قرار دیتے ہیں۔ حالانکہ یہ نظریہ بالکل غلط ہے جدید تحقیق سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ کلونجی زیرہ فیملی کے بجائے اپنی الگ شناخت رکھتی ہے اس کے پودے کا فیملی نام Ranunculacease ہے۔ اسی طرح بعض لوگ کلونجی اور تخم پیاز میں فرق نہیں کرتے اور تخم پیاز کو ہی کلونجی سمجھتے اور استعمال کرتے ہیں اور ان میں ایک طبقہ کلونجی کو تخم پیاز سمجھ کر استعمال کئے جا رہا ہے۔ اس فاش غلطی کے باعث وہ کئی بار مشکلات کا شکار بھی ہوتے ہیں مگر ان کی اصلاح کرنا کوئی آسان کام نہیں ہے۔ ان دونوں بیجوں کی ماہیت، شکل وصورت اور سائز میں کافی فرق ہوتا ہے۔ یاد رہے کہ تخم کلونجی کی ساخت تکونے ہوتی ہے۔ کلونجی کے بیج سیاہ اور تکونے ہوتے ہیں اور یہ سائز میں کافی چھوٹے ہوتے ہیں جبکہ اس کے مقابلے میں پیاز کے بیج بڑے، تکونہ اور سیاہ ہوتے ہیں یعنی کلونجی کے بیج چھوٹے چھوٹے ہوتے ہیں۔ اس لئے کلونجی خریدتے وقت یہ اطمینان کر لیں کہ کیا ہم واقعی درست کلونجی ہی خرید رہے ہیں۔ ماہرین طب نے کلونجی کے بیجوں کی ایک شناخت بیان کی ہے کہ کلونجی کے بیجوں کو اگر سفید کاغذ میں لپیٹ کر کچھ دیر کے رکھ دیا جائے تو کاغذ پر چکنائی کے نشان پڑ جاتے ہیں۔ کلونجی میں چونکہ دو مختلف روغن کثیر مقدار میں پائے جاتے ہیں اس لئے ان کا کاغذ کی سطح پر آ جانا لازمی بات ہے۔

Scanned with CamScanner

کلونجی کے اجزائے ترکیبی:

یہ کیسی عجب بات ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ان ننھے منے بیجوں میں کیمیائی اجزاٗ کی شرح تناسب ایک ایسی طے شدہ بنائی ہے کہ عقل انسانی بھی دنگ رہ گئی ہے۔ کلونجی کے بیج میں پائے جانے والے اجزاٗ اور عناصر بالکل اسی مقدار میں موجود ہوتے ہیں جو کہ جسم انسانی میں موجود ہیں۔ اسی لئے اسے انسان کی دوست قرار دیا گیا ہے۔ جدید تحقیق اس انکشاف پر یہ تسلیم کرنے پر مجبور ہو چکی ہے کہ نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ارشاد مبارک صداقت و حقیقت پر مبنی ہے۔ بائیو کیمیکل رپورٹ کے مطابق کلونجی میں پائے جانے والے عناصر و اجزاٗ کی ترتیب کچھ یوں ہے:

پروٹین	20.85%	موئسچرائزر	4.64%
لائی پڈز	38.20%	ایش	4.37%
کروڈ فائبر	7.94%	کاربوہائیڈریٹ	37.94%

تخم کلونجی میں دو طرح کے روغن پائے جاتے ہیں جنہیں عرف عام میں فراری اور غیر فراری کہا جاتا ہے۔ ایک محتاط تجزیئے کے بعد یہ شرح ہمارے سامنے آئی ہے کہ کلونجی میں فراری روغن کی مقدار 1.5% اور غیر فراری روغن کی مقدار 37.5% تک ہوتی ہے۔ اسی طرح تخم کلونجی میں جو اہم غیر نامیاتی عناصر پائے جاتے ہیں ان میں سوڈیم، پوٹاشیم، آئرن، کاپر، فاسفورس، زنک، کیلشیم، میگنیشیم اور میگانیز پائے جاتے ہیں۔

بالا بیان کردہ عناصر و اجزاٗ کی ترکیب سے یہ بات صاف واضح ہو جاتی ہے کہ وہ تمام عناصر جن کی انسانی جسم کو ضرورت ہوتی ہے وہ نہ صرف کلونجی میں بخوبی پائے جاتے ہیں بلکہ ان کی مقداروں کی شرح بھی ضرورت بدن کے عین مطابق ہے۔ ہر عنصر اور جزو ٹھیک اسی مقدار میں موجود ہوتا ہے جو کہ ایک وقت پر انسان کا بدن استعمال کرتے ہوئے اور توانائی میں تبدیل کرتے ہوئے فوری استعمال کر سکتا ہے، یعنی یہ بات ہمارے واضح ہو جاتی ہے کہ بدن انسانی کی ضروریات کے مطابق پورا پورا بلکہ نپا تلا ذخیرہ توانائی ان ننھے بیجوں کے اندر سمایا ہوا ہے۔ نہ جسم انسانی سے زائد مقدار ان میں موجود ہے اور نہ ہی جزو و عنصر کے ضیاع کا اندیشہ باقی رہ سکتا ہے۔ کلونجی انسانی مزاج اور جسمانی ضرورت کے بالکل مطابق تخلیق کی گئی ہے۔

اسے قدرتی ٹیبلٹس قرار دینا غلط نہیں ہوگا۔

ماہرین طب کے مطابق کلونجی کے کیمیاوی تجزیہ کے بعد کلونجی میں ذیل اجزاٗ ان کے مشاہدے میں آئے ہیں۔

ٹیننین	گلوکوز	ساپونین	امینو ایسڈ	نامیاتی حامضات

بعض قابل حکماء نے اس کی اجزائے ترکیبی کی الگ کیفیت تحریر کرتے ہیں۔

البیومن	اریک ایسڈ	نشاستہ	گلوکوز	نامیاتی حامضات
امینو ایسڈز	ساپونین	میلانتھن	فراری روغن	غیر فراری روغن

اطباء جدید کے مطابق کلونجی کے بیجوں میں دو قسم کے تیل یا روغن پائے ہیں۔ ان میں اُڑ جانے والا گاڑھا فراری تیل ہے جس کی مقدار 1.5% فی صد ہوتی ہے جبکہ دوسرا تیل گاڑھا اور غیر فراری کہلاتا ہے جس کی مقدار 37.5% فی صف ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ کلونجی میں البیومن، مٹھاس، لیسدار مادّے، نامیاتی تیزاب اور گلوکوسائیڈ (میلان تھن اور مینار بن) کے علاوہ کڑواہٹ والے عناصر پائے جاتے ہیں۔ اس میں پایا جانے والا گلوکوسائیڈ سمیائی اثرات رکھتا ہے۔ اس لئے کلونجی کو زیادہ مقدار میں مسلسل کھانا تکلیف کا باعث بنتا ہے۔ ایک دوسری تحقیق کے مطابق تخم کلونجی میں الکلائیڈ 7%، پیٹرولیم ایتھر 18%، کلوروفارم 103%، الکوحل 13% پایا جاتا ہے۔ ماہرین طب نے کلونجی کے تیل کے بارے میں لکھا ہے کہ ثقل نوعی 30 درجے سینٹی گریڈ پر، 9152 اور 21 درجے پر 1.4662، تیزابی تخمینہ تلخ گلیسرائیڈ ہے۔ جدید تحقیقات کے مطابق کلونجی میں اُڑنے والے تیل کے علاوہ چربی اور ایک تلخ جوہر بھی پایا جاتا ہے۔ نگیلین، ٹے نین، رالین، گلوکوز، نامیاتی ترشے اور امینو ایسڈ پائے جاتے ہیں۔

مندرجہ بالا متن میں آپ نے جو مقداریں اور اجزائے ترکیبی پڑھے ہیں وہ حتمی نہیں ہیں۔ ان میں کچھ تو بہت پہلے دریافت ہو چکے تھے اور چند جدید تحقیق کا نتیجہ ہیں۔ ریسرچ کا سلسلہ ابھی جاری ہے اور جب تک انسان اس روئے زمین پر زندہ ہے یہ معاملات آگے بڑھتے رہیں گے۔ کلونجی کے بارے میں ابھی بہت ساری باتیں پس پردہ ہیں جنہیں آنے والا وقت افشاں کرتا جائے گا۔

کلونجی کی مزاجی کیفیت:

حکماء و اطباء جب بھی کسی قدرتی شے کے بارے میں تحقیق کرتے ہیں تو انہیں مزاج انسانی کے مطابق اقسام میں منقسم کر دیتے ہیں۔ قدرت کے یہ انمول تحفے جہاں صحت انسانی کے لئے افادیت بھری نعمتیں ہیں وہیں وہ اپنی منفرد تاثیر کے باعث سب کے لئے یکساں سودمند ثابت نہیں ہوتے۔ کچھ پھل، اجناس، جڑی بوٹیاں، میوہ جات، سبزیاں وغیرہ اپنے اندر مخصوص قسم کی تیزی و حدت رکھتے ہیں اور کچھ ان کے بالکل برعکس سرد کیفیت کے حامل ہوتے ہیں۔ کچھ ایسے بھی ہیں جو ان دونوں کے درمیان میں معتدل مزاج کے مالک ہوتے ہیں۔ یہ بالکل اسی طرح ہے جیسے کہ نوع انسانی میں سب لوگ یکساں طبیعت نہیں رکھتے۔ ہر ایک جدا انداز و اطوار رکھتا ہے۔ گروہ انسانی کو تین اہم طبقوں میں بآسانی تقسیم کیا جا سکتا ہے۔ ایسے لوگ جنہیں شعلہ جو یا جلالی کہا جاتا ہے، ایسے لوگ جنہیں سرد طبیعت اور ہمیشہ مسکرانے والا قرار دیا جا سکتا ہے۔ ایسے لوگ جو موقعہ محل کی مناسبت سے غصے میں آتے ہیں اور نظر انداز کرنے کے فن سے بھی بخوبی آگاہ ہوتے ہیں۔ انہی طبقوں کی مزید تقسیم دو حصوں میں کی جاتی ہے۔ ''تر اور خشک''۔ قدرتی اشیاء کی تقسیم بھی اسی لحاظ سے کی جاتی ہے۔ تیز اور گرم طبیعت کے افراد کے لئے گرم مزاج کی اشیاء مناسب خیال نہیں کی جاتی کیونکہ وہ ان کی قوت برداشت کو بے قابو کرنے میں معاونت دیتی ہیں۔ سرد طبع افراد کے لئے ٹھنڈے مزاج کی اشیاء نامناسب خیال کی جاتی ہیں۔ زیادہ بہتر یہی ہوتا ہے کہ معتدل مزاج کی اشیاء استعمال کی جائیں یا پھر گرم و سرد اشیاء کا ملاپ کرتے ہوئے انہیں استعمال کیا جائے جیسے کہ شہد کو دودھ کے ہمراہ، کھجور کو کھیرے یا ککڑی کے ساتھ وغیرہ۔

کلونجی کی مزاجی کیفیت کے بارے میں حکماء اطباء کی رائے میں صرف اس بات پر اتفاق ہے کہ وہ گرم اور خشک مزاج کی حامل ہے البتہ اس کے خشک ہونے کے درجات میں اتفاق نہیں دکھائی دیتا۔ حکیم کبیر الدین مخزن المفردات میں بیان کرتے ہیں کہ کلونجی دوسرے درجے میں گرم و خشک ہے۔ جبکہ حکیم رشید اشرف ندوی کی رائے ہے کہ یہ تیسرے درجے میں گرم و خشک ہے۔ کچھ حکماء کلونجی کو پہلے درجے میں گرم و خشک خیال کرتے ہیں۔ لطف کی بات تو یہ ہے کہ

اس تضاد آرائی کے باعث بورڈ آف یونانی اینڈ آیورویدک سسٹم آف میڈیسن جیسا مستند ادارہ بھی اپنی نصابی کتاب ''طبی فارماکوپیا'' میں کلونجی کے باب میں درجات کی تقسیم گول کر گیا ہے۔ وہاں یہ تو مذکور ہے کہ یہ گرم و خشک مزاج کی حامل شے ہے مگر کس درجے میں اسے شمار کیا جاتا ہے اس کا کوئی ذکر نہیں۔ اس بحث سے عام قارئین کو کچھ حاصل نہیں کہ کلونجی کس درجے میں گرم و خشک ہے۔ ان کے لئے یہ معلوم ہونا کافی ہے کہ یہ طبعی لحاظ سے گرم و خشک کیفیت کی حامل ہے لہٰذا اسے زیادہ مقدار میں استعمال نہیں کرنا چاہئے۔ کلونجی طبیعت میں حرارت عزیزی کو بڑھا کر خشکی پیدا کرتی ہے۔ کلونجی کی زیادہ مقدار کے استعمال سے اعصاب و دماغ کے افعال پر گہرا اثر پڑتا ہے۔

کلونجی کی مقدار خوراک کا تعین:

حکیم کبیر الدین مخزن المفردات میں لکھتے ہیں کہ کلونجی چونکہ گرم و خشک کیفیت رکھتی ہے اس لئے اسے زیادہ مقدار میں استعمال نہیں کرنا چاہئے۔ اگر اسے بغیر کسی دوسری دوا کے استعمال کرنا مقصود ہو تو اس کی مقدار خوراک ایک ماشہ سے دو ماشہ تک تک ہونا چاہئے۔ (1 ماشہ قریباً ایک گرام کے مساوی ہوتا ہے) اسی مقدار پر دیگر کئی حکماء و اطباء متفق ہیں۔ طبی فارماکوپیا کے مطابق کلونجی کو تین ماشے کی مقدار تک استعمال کیا جا سکتا ہے۔ طبی فارماکوپیا پر ڈاکٹر منیر احمد بڈانی لکھتے ہیں کہ یہ مقدار یعنی تین ماشے ہمارے ملکی موسم، آب و ہوا اور فی زمانہ میں دستیاب ہونے والی ناقص خوراک اور سہل پسند انسان کی صحت کے لئے مناسب نہیں۔ اگر تین ماشہ مقدار میں کلونجی کو استعمال کرنا ہی ہے تو زیادہ بہتر یہی ہوگا کہ اسے کسی دوسری دوا کے ساتھ ملا لیا جائے جیسے شہد، زیتون، سناء مکی وغیرہ۔

نوٹ: حاملہ خواتین بغیر طبیب کے مشورے کے تخم کلونجی یا روغن کلونجی ہرگز استعمال نہ کریں ورنہ انہیں کسی بڑی اندرونی تکلیف یا پھر اسقاط سے دوچار ہونا پڑے گا۔

کلونجی اور ارشادات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم

کلونجی ایک ایسی بوٹی ہے جسے ہم غذا بھی قرار دے سکتے ہیں اور دوا بھی۔ جس میں بے شمار امراض کا علاج پوشیدہ ہے۔ اس کی صفات شفائیہ کا اندازہ اس امر سے لگایا جا سکتا ہے کہ

Scanned with CamScanner

کلونجی کے متعلق نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ہے:

’’میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے سنا، آپ صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے تھے کہ کالے دانے میں ہر بیماری سے موت کے سوا شفاء ہے اور کالے دانے (سے مراد) شونیز ہے۔‘‘

ایک دوسری جگہ مذکور ہے:

عن سالم بن عبداللّٰه یحدث عن ابیه ان الرسول اللّٰه صلی اللّٰه علیه وسلم قال علیکم بهذا الحبة السوداء فان فیه شفاء من کل داء الاسام. (ابن ماجه)

’’سالم بن عبداللہ اپنے والد محترم حضرت عبداللہ بن عمرؓ سے روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ تم اپنے اوپر کالے دانوں کو لازم کرلو کہ ان میں موت کے علاوہ ہر بیماری سے شفاء (پوشیدہ) ہے۔‘‘ (ابن ماجہ)

یہی روایت مسند احمد میں ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ سے، ابن الجوزی اور جامع ترمذی میں حضرت ابو ہریرہؓ سے مذکور ہے۔ حضرت بریدہؓ کلونجی کی افادیت کے بارے میں روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

الشونیز دواء من کل داء السام و هو الموت.

’’(بے شک) شونیز میں موت کے سوا ہر بیماری کا علاج ہے۔‘‘

اس طرح کی ایک طویل روایت حضرت عبداللہ بن بریدہ اپنے والد سے کلونجی کی تعریف میں بیان کرتے ہیں۔ صحیح مسلم میں حضرت ابو ہریرہؓ سے مروی ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

مامن داء الا و فی الحبة السوداء منه شفاء الاسام.

’’بیماریوں میں موت کے سوا ایسی کوئی بیماری نہیں جس کے لئے کلونجی میں شفاء نہ ہو۔‘‘

ارشادات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ آپ کی سیرت مبارکہ میں بے شمار ایسے واقعات موجود ہیں جن سے ہمیں معلوم ہوتا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم مختلف اوقات میں دیگر غذاؤں کے ساتھ کلونجی کا بھی باقاعدہ استعمال کیا کرتے۔ کبھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم سادہ تخم کلونجی پانی کے ہمراہ پھانک لیا کرتے تو کبھی اسے شہد کے شربت کے ساتھ نوش فرمایا کرتے۔

کتب تواریخ میں مرقوم ہے کہ خالد بن سعد بن ابی وقاصؓ بیان کرتے ہیں کہ میں غالب بن جبر کے ہمراہ سفر میں تھا کہ راستے میں وہ بیمار پڑ گئے۔ سفر کرنا ناگزیر ہو کر رہ گیا۔ ایسے میں ہماری ملاقات اُم المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ کے بھتیجے ابن ابی عتیق سے ہوئی۔ انہوں نے مریض کی حالت دیکھ کر فرمایا کہ کلونجی کے پانچ سات دانے لے کر انہیں پیس لو اور پھر انہیں روغن زیتون میں ملا کر ناک کے دونوں طرف ڈالو کیونکہ ہمیں ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ نے بتایا ہے کہ رسول اللہ فرماتے تھے کہ ان کالے دانوں میں ہر بیماری سے شفاء مگر سام سے۔ میں نے سام کی وضاحت دریافت کی تو انہوں نے فرمایا کہ سام سے مراد موت ہے۔ اس علاج کے بعد غالب بن جبر فوراً تندرست ہو گئے اور ہم سفر جاری رکھنے کے قابل ہو گئے۔

محدثین و محققین کے اقوال و مشاہدات اور کلونجی

یونانی اور رومی اطباء کلونجی کے فوائد سے بخوبی آشنا تھے اور حکیم جالینوس کے متعدد نسخوں میں کلونجی کو شہد یا سرکہ میں ملا کر استعمال کیا گیا ہے۔ یہ مفروضہ قطعاً درست نہیں ہے کہ عرب اطباء نے کلونجی کے استعمال کی تراکیب یونانیوں یا رومیوں سے سیکھیں، حقیقت تو یہ ہے کہ مشرق وسطٰی کے اطباء نے اسلام کی آمد سے پہلے کلونجی کا کہیں بھی ذکر نہیں کیا جو کہ اس بات کا بین ثبوت ہے کہ وہ کلونجی کے فوائد سے آگاہ نہیں تھے۔ عربوں میں کلونجی کا استعمال نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی تعریف کے بعد ہی دکھائی دیتا ہے کیونکہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے کلونجی کو شفاء کا مظہر قرار دیا ہے۔ ہر دور میں مسلمان اطباء کلونجی کے فوائد پر مشاہدات کرتے رہے اور اپنے تجربات اور تجزیات کو کتب کا حصہ بناتے رہے۔ یہی وجہ ہے کہ آج کا انسان کلونجی کے بارے اتنا کچھ جانتا ہے۔

محدث عبداللطیف نے کلونجی کو زیرہ سیاہ قرار دیتے ہوئے اسے ’’الکمون الہندی‘‘ کا اضافی نام دیا ہے۔ وہ بیان کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے ارشاد کے بعد کلونجی اس امر میں یکتا ہے کہ بیماریاں خواہ حدت (گرمی) سے ہوں یا برودت (سردی) سے ہوں، یہ دونوں میں یکساں مفید و موثر ہے۔

امام ذہبیؒ فرماتے ہیں کہ کلونجی جسم کے کسی بھی حصہ میں واقع رکاوٹ یعنی سدہ کو دور کرتی

Scanned with CamScanner

ہے۔ تبخیری مادہ کو خارج کرتی ہے۔ معدہ کو مضبوط بناتی ہے۔ حیض اور دودھ میں اضافہ کا موجب ہے۔ اسے اگر پیس کر سرکہ میں ملا کر کھایا جائے تو یہ پیٹ کے کیڑوں کو ہلاک کرتی ہے اور پرانے زکام میں نہایت مفید ہے۔ اسے گرم کر کے سونگھنا امراض ناک کے لئے بہترین ہے۔

ابن جوزیؒ فرماتے ہیں کہ کلونجی اللہ تعالیٰ کی جانب بنی نوع انسان کے لئے نعمت مترقبہ سے کم نہیں۔ اس کی تحقیق توصیف پر جتنا قلم اُٹھایا جائے وہ کم ہے۔ کلونجی کے فوائد کی فہرست طویل ہے لیکن اگر کلونجی کا تیل نکال کر گنج پر لگایا جائے تو یہ نئے بالوں کی پیدائش کا باعث ہے اور دوسرا سر کے بالوں کا رنگ نہیں چھٹتا یعنی وہ جلدی سفید نہیں ہوتے۔ اسی طرح کلونجی کا نصف چمچہ پیس کر پانی کے ساتھ پینے سے دمہ کے مرض میں آرام ملتا ہے اور یہ نسخہ بھڑ کے کاٹے میں زہریلے اثرات کو زائل کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ کلونجی کے لگاتار استعمال سے باؤلے کتے کا زہریلا اثر ماند پڑ جاتا ہے اور مالیخولیا کا مرض جاتا رہتا ہے۔ کلونجی کو کوئلوں پر ڈال کر اس کی دھونی لینے سے سانس کی تکالیف کو دور کرتا ہے۔ اسی طرح کلونجی کو روٹی کے ساتھ کھایا جائے تو پیٹ میں ہوا نہیں بھرتی۔ زکام فالج، لقوہ، درد شقیقہ، نسیان، چکروں اور گھبراہٹ میں مفید ہے۔

کلونجی کی حیثیت پر ابن القیمؒ اپنی کتاب ''طب نبوی'' میں کہتے ہیں کہ حضرت الحربیؒ نے حضرت امام حسنؓ کی سند سے حبۃ السوداً کو خردل قرار دیا ہے۔ (حالانکہ خردل ''رائی'' کو کہا جاتا ہے جو کہ بالکل مختلف چیز ہے) اسی طرح الہروی اسے حبۃ الخضراً (بن کا سبز رنگ کا پھل) قرار دیا ہے لیکن یہ شونیز ہے اور اس میں کوئی مغالطہ نہیں۔ یہ نفخ کو دور کرتی ہے۔ پیٹ سے چرنے کیڑے نکال دیتی ہے۔ بخار اتارتی ہے، بلغم نکالتی ہے، رکاوٹیں کھولتی ہے، معدہ اور لبلبہ کی رطوبتوں کو اعتدال پر لاتی ہے۔ اگر اسے پیس کر گرم پانی میں شہد کے شربت کے ساتھ پیا جائے تو گردوں اور مثانہ سے پتھری نکال دیتی ہے۔ اس کے اضافی فوائد میں دودھ، حیض اور پیشاب کو کھول کر لانا بھی شامل ہے۔ زکام میں اس کا سونگھنا اور پینا مفید ہے۔ اس کے بیج پیس کے دودھ میں ملا کر پینے سے یرقان میں فائدہ ہوتا ہے۔ اس کو مسلسل کھانے سے لقوہ اور فالج دور ہو جاتے ہیں۔

محدثین کہتے ہیں کہ اسے ٹھنڈے پانی کے ساتھ پیس کر پینے سے باؤلہ پن ختم ہو جاتا

ہے۔ اسی جوشاندہ کو پینے سے بواسیر ختم ہو جاتی ہے اور جانوروں کے کاٹے کا زہر خاص طور پر بھڑ کا زائل ہو جاتا ہے بعض لوگوں نے اسے سانپ کے زہر کے لئے بھی تریاق قرار دیا ہے۔ کلونجی کو سرکہ میں پکا کر اس کی کلیاں کرنے سے مسوڑھوں کی سوزش اور دانتوں کا درد جاتا رہتا ہے۔ اسے آنکھوں میں پیس کر ڈالنے سے موتیا اگر ابتداً میں ہو ٹھیک ہو جاتا ہے۔ سرکہ اور کلونجی کا مرکب جلدی امراض، اگزیما وغیرہ میں از حد مفید ہے۔ زیتون کے تیل میں کلونجی کو ابال کر چھان کر اس تیل کے چند قطرے کان میں ڈالنے سے اس کی سوزش ٹھیک ہو جاتی ہے۔ یہ مرکب باہ ڈالنا پرانے زکام میں مفید ہے۔ زخموں پر چھلکے آتے ہوں تو چند روز کلونجی اور سرکہ لگانے سے جسم کے کسی بھی حصہ کے پھوڑے پھنسیاں ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ جلد کے داغ جاتے رہتے ہیں اور برص میں فائدہ ہوتا ہے۔

کلونجی امراض باردہ میں نافع ہے اور عارضی طور پر امراض حار یابس میں نفع بخش ہے۔ ترباردوائیوں کی قوتوں کو اس کی طرف تیزی سے لے جاتے ہیں اس لئے کہ اس میں نفوذ اور قوت سرایت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ اگر معمولی انداز میں ان دواؤں کا استعمال جائے تو یہ باردہ نفوذ اور سرایت کر کے خاصا نفع بخش ہو جاتا ہے۔

معروف حکیم شیخ الرئیس بوعلی سینا اپنی کتاب ''القانون'' نے بصراحت تحریر کیا ہے کہ قرص کافور میں زعفران کی آمیزش سے تیزی آجاتی ہے کیونکہ زعفران میں قوت نافذہ غیر معمولی پر ہوتی ہے، اس قسم کی بہت سی مثالیں ہیں۔ جن کو ماہر اطباء جانتے ہیں اور امراض حارہ میں گرم دواؤں سے منفعت یہ کوئی بعید از قیاس بات نہیں۔ کیونکہ بہت سی دوائیوں میں اس کا تجربہ کیا جا چکا ہے چنانچہ انزروت کے مرکبات آشوب چشم میں کام آتے ہیں۔ اسی طرح طرح شکر گرم ہونے کے باوجود آشوب چشم میں استعمال کی جاتی ہے حالانکہ آشوب چشم ورم حار ہے۔ تمام اطباء اس بات پر متفق ہیں۔ ایسے ہی گندھک بہت زیادہ مفید ہے۔ جہاں شونیز (کلونجی) کی بات ہے تو یہ تیسرے درجے میں گرم وخشک ہے۔ اس کے استعمال سے اپھارہ ختم ہو جاتا ہے۔ کدو دانے اس سے نکلتے ہیں۔ برص اور میعادی کے لئے نافع ہے۔ اسی طرح بلغمی بخار کے لئے نفع بخش ہے۔ سدے کھول دیتا ہے، تحلیل ریاح کرتا ہے، رطوبت معدہ کو خشک کرتا ہے۔ اگر کلونجی کو پیس کر شہد کے ساتھ معجون بنا لیا جائے اور گرم پانی کے ساتھ استعمال کیا جائے تو

Scanned with CamScanner

گردے اور مثانے کی پتھری کو گلا کر خارج کرتی ہے۔ اگر کلونجی کو چند یوم مسلسل استعمال کیا جائے تو پیشاب اور حیض لاتی ہے اور دودھ کثیر پیدا کرتی ہے۔ اگر اسے سرکہ کے ساتھ گرم کر کے شکم پر ضماد کیا جائے تو کدو دانے مارتی ہے۔ اگر کلونجی کو تازہ اندرائن کے رس کے ساتھ معجون یا جوشاندہ کے طور پر استعمال کریں تو یہ پیٹ کے کیڑوں کو نکالنے میں زیادہ نفع بخش ہے۔ یہ معدہ کو جلاء دیتی ہے، کیڑوں کی پیدائش کا عمل ختم کرتی ہے اور تحلیل ریاح ہے۔ اگر کلونجی کو باریک پیس کر کسی باریک کپڑے سے چھان کر مانند بہ غبار کرلیا جائے اور اس کو برابر سونگھیں تو نزلہ بارد کو ختم کردیتی ہے۔

قدیم اطباء کا کہنا ہے کہ کلونجی کا تیل بالخورہ کے لئے نفع بخش ہے، مسوں اور بدن کے تل کی افزائش کو روکتا ہے اور کلونجی کا سفوف 4½ گرام پانی کے ساتھ پی لیا جائے تو یہ دمہ اور ضیق النفس کو نجات دینے کا باعث بنتا ہے۔ اس کا ضماد بارد سر درد کے لئے مفید ہے اور اس کے سات دانے کسی عورت کے دودھ میں بھگو کر استعمال کئے جائیں اور اس کو یرقان کے مریض کی ناک میں چڑھایا جائے تو اس سے پورا پورا فائدہ ہوتا ہے۔ اگر اسے سرکہ میں ملا کر پکایا لیا جائے اور اس کے جوشاندے سے کلی کی جائے تو ٹھنڈک کی وجہ سے دانت کے درد میں مفید ہے۔ کلونجی کے سفوف کو ناک میں چڑھایا جائے تو ابتداً آنکھ سے پانی گرنے کو فائدہ ہوتا ہے۔ اگر سرکہ میں ملا کر اس ضماد کیا جائے تو گرمی دانے اور تر کھجلی کو جڑ سے ختم کردیتا ہے۔ دائی بلغمی ورموں کو تحلیل کرتا اور سخت ورموں کو ختم کردیتا ہے۔ اگر کلونجی کا تیل ناک میں چڑھایا جائے تو یہ استرخاء ولقوہ میں مفید ہے۔ اگر کلونجی کا تیل 2¼ سے 4¼ گرام تک استعمال کریں تو کیڑے مکوڑے کے ڈنک کے نافع ہے اور اگر خوب باریک پیس کر گندہ بروزہ کے پھل کے تیل میں ملا کر اس کے دو تین قطرے کان میں ٹپکائیں جائیں تو سردی سے ہونے کان کے درد کے لئے نافع ہے، اسی طرح ریاح اور سدوں کو دفع کرتا ہے۔

اگر توے پر بھون کر باریک پیس لیں اور روغن زیتون میں ملا کر اس کے تین یا چار قطرے ناک میں ڈالیں تو زکام جس میں بے تحاشہ چھینکیں آتی ہوں، کو ختم کر سکون بخشتی ہے۔ اگر کلونجی کو جلا کر روغن چنبیلی یا روغن مہندی میں ملا کر پنڈلی کے زخموں پر سرکہ سے دھونے کے بعد لیپ کیا جائے تو بے حد مفید ہے اور اس سے زخم بھی مندمل ہو جاتے ہیں۔ اگر سرکہ کے

ساتھ پیس کر برص، داد، جسم کے سیاہ داغوں اور پھنسیوں پر لگایا جائے تو یہ تمام بیماریاں جاتی رہتی ہیں۔ اگر کلونجی کو باریک پیس کر اس کا سفوف روزانہ دو درہم کے مقدار میں سرد پانی کے ساتھ استعمال کیا جائے تو یہ باؤلے کتے کے سمی اثرات کو زائل کر کے شفاء دیتی ہے اور مریض ہلاکت سے بچ جاتا ہے۔ کلونجی کے تیل کو لگاتار تین وقت ناک میں چڑھایا جائے تو یہ فالج اور رعشہ کو جڑ سے ختم کرنے میں معاونت دیتا ہے اور ان فاسد مادوں کو تحلیل کردیتا ہے جس کے باعث اعضاء کی محرکات واعمال میں فرق آجاتا ہے۔ اگر کلونجی کو بخور یعنی ناک میں ڈالا جائے تو یہ ناک کے کیڑوں کا خاتمہ کرتی ہے۔ اگر انزروت کو پانی میں گھول کر معقد میں داخل کیا جائے اور جسم خشک کرنے کے بعد سفوف کلونجی چھڑک دیا جائے تو یہ بواسیر کے مرض کو ختم کرنے کی اعلیٰ ترین اور بے حد مفید دوا ثابت ہوتی ہے۔

قدیم وجدید اطباء وحکماء اور کلونجی

اطباء وحکماء نے زمانہ ابتداً سے ہی کلونجی کو امراض البطن میں بڑے اہتمام سے استعمال کیا ہے کیونکہ وہ اسے زیرہ کی قسم سمجھتے رہے ہیں۔ حکیم جالینوس کو پیٹ کی بیماریوں کے علاج میں بڑا دعوی تھا۔ اس ضمن میں اس کا استعمال زیادہ تر نسخہ کلونجی کو شہد میں ملا کر دینا ہی تھا۔ اتفاق سے یہ ایک ترکیب کہ اسے پیٹ کی بیماریوں کے علاوہ سانس کی گھٹن، جگر کی خرابی، پھوڑے پھنسیوں اور اعصابی تکالیف میں بڑے اعتماد کے ساتھ دیا جاسکتا ہے۔

حکیم جالینوس ایک جگہ لکھتے ہیں کہ کلونجی اور انجیر کو نہار منہ کھانے والا ہر قسم کے زہر کے سمی اثرات سے محفوظ رہتا ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ کلونجی اپنی تیز مزاج کے باعث سمی اثرات کو زائل کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔

حکیم محمد شریف اپنی کتاب ''میٹریا میڈیکا آف مدراس'' میں لکھتے ہیں کہ کلونجی یوں تو ہر قسم کی بیماریوں میں آزمودہ شفائیہ دوا ہے مگر میں نے اسے بدہضمی، جسمانی کمزوری کی کئی اقسام، بچوں کے معمولی قسم کے بخاروں میں بخوبی آزمایا ہے اور اس کے برآمد ہونے والے مفید نتائج سے بالکل مطمئن ہوں۔

ڈاکٹر عطاء الرحمٰن مشہور پاکستانی ریسرچر ہیں انہوں نے کلونجی پر ایک عرصہ تک تجزیہ د

Scanned with CamScanner

مشاہدہ کیا ہے۔ وہ بیان کرتے ہیں کہ کلونجی میں پائے جانے والے الکلائیڈز حیرت انگیز طور پر لاجواب اور لاثانی خصوصیات کے حامل ہیں۔ الکائیڈز یوں تو دیگر اشیاء فطرت سے بھی دستیاب ہیں مگر کلونجی کے الکلائیڈز کی جتنی تعریف کی جائے وہ کم ہے۔

حکیم ہری چند ملتانی اپنی کتاب ''تاج الحکمت'' میں کلونجی کے فوائد لکھتے ہیں کہ یہ رطوبت خشک کرتی ہے، خلطوں کو خارج یعنی اخلاط (خون، بلغم، صفرا اور سودا) کر کے پیشاب اور ماہواری کو جاری کرتی ہے۔ کلونجی کا جوشاندہ مردہ بچہ کو جو کہ ماں کے پیٹ میں مر جائے بڑی سہولت کے ساتھ خارج کرنے میں معاونت دیتا ہے۔

ڈاکٹر کے ایم نادکرنی اپنی کتاب ''انڈین میٹریکا میڈیکا'' میں لکھتے ہیں کہ کلونجی قدرت کی جانب سے ایک لاجواب شے ہے۔ اسے دو ماشہ میں مقدار مکھن کے ساتھ کھانے سے شدت سے لاحق ہچکی دم توڑ دیتی ہے۔ نہ صرف کلونجی کے بیج جسم انسانی کے لئے مفید و مؤثر ہیں بلکہ انہیں دیگر استعمال میں بھی لا کر فائدہ اُٹھایا جاتا ہے۔ اس کی ایک مثال یہ ہے کہ اگر کلونجی کے بیج کپڑوں میں ڈال دیئے جائیں تو وہ کیڑا لگنے سے محفوظ ہو جاتے ہیں حالانکہ لوگوں کی کثیر تعداد آج کل کپڑوں کو مختلف کیڑوں سے محفوظ رکھنے کے لئے نیم کے پتے استعمال کرتی ہے۔

ڈاکٹر آر این چوپڑا اپنی کتاب ''انڈیجنس ڈرگز آف انڈیا'' میں بیان کرتے ہیں کہ کلونجی کے بیج کھانے سے جسم کا درجہ حرارت حیرت انگیز طور پر بڑھ جاتا ہے اور یہ بیج گردوں کے امراض میں استعمال کرنا نہایت فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں۔ اگر سرد علاقوں میں رہنے والے افراد کلونجی کی خدمات حاصل کریں تو انہیں یقیناً حرارت عزیزی کے حصول کے لئے شراب کی قطعاً ضرورت باقی نہیں رہے گی۔

ڈاکٹر ڈیموک اپنی کتاب ''فارماکوگرافیا انڈیکا'' میں تحریر کرتے ہیں کہ کلونجی کے تخم مسالہ جات اور ادویہ میں بڑے اہتمام سے استعمال کئے جاتے ہیں اور ان سے حاصل ہونے والے نتائج کو فی زمانہ معجزات قرار دینا غلط نہ ہوگا۔

ڈاکٹر ایم کینوالی کے قول کے مطابق کلونجی کے بیجوں کا سفوف دس سے چالیس گرین کی خوراک میں کھلانے سے جسمانی حرارت اور نبض کی رفتار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ دورانیہ خون کی تیزی کے ساتھ ہی تمام بدن خصوصاً گردوں اور جلد کی رطوبات بڑھ جاتی ہیں۔ جبکہ بیس

گرین کی مقدار خوراک استعمال کرنے سے باقاعدگی حیض، ماہواری کے خون کی شکایات مثلاً درد حیض میں نہایت مفید ہے۔

ڈاکٹر آر کھوری ''میٹریکا میڈیکا آف مدراس'' میں لکھتے ہیں کہ کلونجی جلاب آور اور دیگر ادویہ کو خوشبودار کرنے کے لئے شامل کی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ بچے کی پیدائش کے بعد رحم کو سکیڑنے کے لئے عموماً کلونجی کے بیجوں کا جوشاندہ بنا کر زچہ کو پلایا جاتا ہے۔ تخم کلونجی مقوی معدہ اور کرم ہائے شکم میں بھی استعمال کی جاتی ہے۔

ڈاکٹر خالد غزنوی اپنی کتاب طب نبوی اور جدید سائنس میں لکھتے ہیں کہ میں کلونجی اور اس کے مرکبات سے تقریباً ستر بیماریوں کا کامیابی کے ساتھ علاج کر رہا ہوں۔ پیٹ سے ہوا نکالنے اور بدہضمی میں کلونجی مفید ہے۔ کلونجی کے ساتھ قسط شیریں ہم وزن ملا کر صبح و شام دو وقت کھانے کے بعد استعمال کرائیں تو یہ پرانی پیچش کے ساتھ ساتھ دمہ میں بھی مفید ہے۔ دمہ کے وہ مریض جنہیں دیگر ادویہ کی ناکامی کی شکایت ہے اگر وہ کلونجی کا یہ نسخہ استعمال کریں تو یقیناً بہتری محسوس کریں گے۔ قسط شیریں جنسی کمزوری کے لئے بھی ایک اچھی دوا ہے مگر بسا اوقات اس کا تنہا اثر اتنا مفید نہیں ہوتا۔ ایسے میں اس کے ساتھ حب الرشاد کو شامل کیا جائے تو افادیت بڑھ جاتی ہے اور جنسی کمزوری رفع ہو جاتی ہے۔ اسی طرح کلونجی کو قسط شیریں میں ہم وزن ملا کر پیسنے کے بعد سرکہ میں حل کر کے ابالا جائے اور پھر جوش آنے پر اتار لیا جائے اور ٹھنڈا ہونے پر تمام پھوک نکال کر چھان لیا جائے۔ یہ ایک اعلیٰ لوشن بن جاتا ہے جسے ہر قسم کے جلدی امراض میں مفید پایا گیا ہے۔ اگرچہ جلد کے امراض کی فہرست بے حد طویل ہے اور دنیا میں ابھی کوئی ایسی دوا نہیں بن پائی جس سے تمام امراض جلد کو آرام آ جائے مگر کلونجی کا یہ لوشن بے شمار امراض کو اپنے حصار میں لینے کی صلاحیت رکھتا ہے جو شاید ہی کسی دوا میں ہو۔

ہمارے ایک قابل دوست لکھتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے کلونجی کو ہر بیماری سے شفاء قرار دیا ہے اس اصول کو سامنے رکھ کر ذیابیطس کے مریضوں کو تین حصہ کلونجی اور ایک حصہ تخم کاسنی ملا کر ناشتہ کے بعد ایک چھوٹا چمچہ دیا گیا۔ ایک ہفتہ میں خون میں گلوکوز کی مقدار کم ہونے لگی اور پیشاب میں شکر بھی ختم ہو گئی۔ اب تک دو سو مریضوں پر یہ علاج نہایت اچھے نتائج کے ساتھ استعمال کیا جا چکا ہے لیکن ذیابیطس کے لئے اسے مکمل شفاء قرار دینا ابھی قبل از

Scanned with CamScanner

وقت ہے۔ مزید مشاہدہ کی ضرورت ہے۔کلونجی کے بیجوں کو دودھ اتارنے، حیض کا خون بڑھانے اور پیشاب لانے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔یورپ میں درد سے حیض آنے کے لئے تخم کلونجی مشہور دوا ہے۔خواتین کوکلونجی زیادہ مقدار میں استعمال کرانے سے اسقاط حمل کا اندیشہ ہوسکتا ہے۔

حکیم رشید اشرف ندوی کلونجی کے بارے میں رقم کرتے ہیں کہ یہ محلل، کاسر ریاح، مقوی معدہ، مدر بول اور مدر حیض یعنی پیشاب اور حیض کو جاری کرنے والی دوا ہے جس کی خوبیوں نے زمانہ کو حیران کر رکھا ہے۔

حکیم کبیر الدین اپنی کتاب مخزن المفردات میں لکھتے ہیں کہ کلونجی جالی لغوی معنی جلا کرنے والی یعنی پاک وصاف کرنے والی اور جاذب یعنی دماغی رطوبتوں کو ناک کی طرف جذب کرتی ہے۔کلونجی کے اندرونی طور پر استعمال کرنے کے باعث یہ منفث بلغم (بلغم نکالنے والی)، محلل ریاح (ریاح کو تحلیل کرنے والی)، مقوی معدہ (معدے کو طاقت بخشنے والی)، ملین (قبض دور کرنے والی)، قاتل کرم شکم (پیٹ کے کیڑوں کو مارنے والی)، مدر حیض اور مسکن اوجاع (دردوں کو تسکین دینے والی) دوا ہے۔ضیق النفس یعنی دمہ کے لئے، رادع صدر یعنی سینے کے مواد (بلغم) کو نکالنے یا خشک کرنے کے لئے اور درد سینہ کو زائل کرنے کے لئے کلونجی کا سفوف کھلایا جاتا ہے۔ضعف معدہ، نفخ شکم یعنی اپھارہ، درد شکم وقولنج شکم (Gastrigia) استسقاء یعنی جالندھر (پیٹ میں پانی بھرنے کی تکلیف) یرقان زرد، کرم شکم یا دیدان شکم، وجع المفاصل یعنی جوڑوں کا درد، کمر درد اور اکثر بلغمی یا سرد امراض میں کلونجی کا استعمال کرنا مفید اثرات کا حامل ہوتا ہے۔کلونجی کا جوشاندہ مردہ جنین کو پیٹ سے فوراً باہر نکال دیتا ہے۔

طبی فارما کوپیا میں اس کی تعریف یوں بیان کی گئی ہے کہ کلونجی مقوی باہ ہے، یہ مشتہی یعنی اشتہاء (بھوک) پیدا کرنے والی، مقوی اعصاب اور دافع نسیان (بھولنے کی عادت چھڑانے والی) دوا ہے۔

آیورویدک طب ہندوستان کا قدیم ترین طریقہ علاج ہے، زمانہ جدید میں اس علم کی مکمل تعلیم دی جاتی ہے اور سند جاری کی جاتی ہے۔ جو فرد آیورویدک طب کا ماہر بن جاتا ہے اسے ''وید'' کہا جاتا ہے۔آیورویدک طب کی نصابی کتاب کا نام چکردت ہے۔اس میں کلونجی

کے بارے میں یہ معلومات فراہم کی گئی ہیں کہ اگر رکت پت (جریانِ خون) کے مریض کی سانس میں لوہ کی بو اور ڈکار میں خون کی بو پائی جائے تو اسے کلونجی کا سفوف چار ماشہ کی مقدار میں لے کر آٹھ ماشہ چینی کے ساتھ اچھی طرح باہم ملا کر استعمال کرانا چاہئے۔اس طرح مذکورہ تکلیف ختم ہو جاتی ہے۔حکماء کے نزدیک کلونجی، فلفل دراز اور سونچل نمک کا سفوف دارُو کے ساتھ استعمال کرنے سے زچگی اور اندام نہانی کے درد ختم ہو جاتے ہیں۔آیورویدک طب کا یہ نسخہ اپنی جگہ درست ہوگا مگر اس میں دارُو کے بجائے شہد یا ماء العسل کے استعمال سے بھی یہی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

آیورویدک طب پر مشہور کتاب ''بھاؤ پرکاش'' میں بیان کیا گیا ہے کہ کلونجی کو گڑ سیاہ کے ہمراہ بے قاعدہ تاپ (بخار) جنہیں دسم جور بھی کہا جاتا ہے، ان میں استعمال کرنا نہایت شفاء بخش ہے۔

آیورویدک طب کی ایک دوسری کتاب ''چرک سنگھتا'' میں یوں درج ہے کہ کاروی (کلونجی)، زیرہ سیاہ، فلفل سیاہ، سماق دانہ، انار دانہ، سونچل نمک اور مویز منقیٰ (بیج نکال کر) کا باریک پسا ہوا سفوف لے کر اس میں ہم وزن قند سیاہ (دیسی گڑ) اور شہد ملا کر کھانے سے ہر قسم کی غذائی بے رغبتی یعنی کھانے کی جانب طبیعت کا مائل وراغب نہ ہونا، دور ہو جاتی ہے۔

کلونجی کے مضر اثرات بھی مرتب ہوسکتے ہیں!

حکماء واطباء کا کہنا ہے کہ لوگوں کو کلونجی کے فوائد جاننے کے بعد اس کے پیچھے ہاتھ دھو کر نہیں پڑ جانا چاہئے بلکہ اس کے استعمال کے لئے معالج یا طبیب سے مشورہ ضرور کر لینا چاہئے۔ یاد رکھئے کہ کلونجی کو مقررہ مقدار خوراک سے زائد استعمال کرنا درست نہیں ہے۔ یہ فائدہ دینے کے بجائے نقصان پہنچاتی ہے۔حکیم کبیر الدین مخزن المفردات میں لکھتے ہیں کہ کلونجی کا بے جا استعمال خناق اور دوران سر یعنی چکر پیدا کرتا ہے۔طبی فارما کوپیا کے مطابق کلونجی کا غیر ضروری استعمال گردے واعضائے بول، پھیپھڑوں اور سر میں درد و ہیجان کا باعث بنتا ہے۔بعض اطباء کا کہنا ہے کہ کلونجی کے کثیر استعمال سے مرض خناق پیدا ہوتا ہے اور خصوصاً حاملہ خواتین کے لئے یہ کسی بھی طرح مناسب نہیں ہے، انہیں کلونجی کے استعمال سے پہلے

Scanned with CamScanner

معالج سے مشورہ ضرور کرنا چاہئے۔

مصلح ......کلونجی:

حکیم کبیر الدین مخزن المفردات میں لکھتے ہیں کہ اگر کسی کو کلونجی استعمال کرنے کے بعد پریشانی کا سامنا ہو تو وہ گوند کتیرا اور سرد اشیاء کا استعمال کرے کیونکہ یہ کلونجی کی اصلاح کرتی ہیں۔ حکیم نصیر احمد طارق ''تحقیقات خواص الادویہ'' میں لکھتے ہیں کہ میں نے کلونجی کو مضر نہیں تسلیم کرتا کیونکہ یہ تو شفاء ہی شفاء ہے لہٰذا یہ مضر کیسے ہوسکتی ہے۔ جب اللہ کے نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرما دیا ہے کہ سوائے موت کے ہر مرض کا علاج اس میں مخفی ہے تو پھر اسے مضر کہنا نامناسب بات ہوگی، البتہ یہ ضرور ہوسکتا ہے کہ اس کی مقررہ مقدار خوراک سے اگر زیادہ استعمال کیا جائے تو جسم کے کسی قسم کے مضر اثرات پیدا ہو جاتے ہیں۔

☆☆☆

شہد اور اس کی اہمیت

حکمتوں بھری کتاب قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ نے شہد کی تعریف کچھ یوں کی ہے کہ اس کی اہمیت وفضیلت خوب واضح ہو جاتی ہے۔

''اور حکم دیا تیرے رب نے شہد کی مکھی کو، کہ بنا لے گھر پہاڑوں میں اور درختوں میں اور ٹٹیاں باندھتے ہیں، پھر کھا ہر طرح کے میووں سے، پھر چل اپنے رب کی راہوں میں جو صاف پڑی ہیں، نکلتی ہے ان کے پیٹ سے پینے کی چیز مختلف رنگوں کی، اس میں شفاء ہے لوگوں کے لئے، اس میں نشانی ہے ان لوگوں کے لیے جو فکر سے کام لیتے ہیں۔''

(سورۃ النحل 69)

بالا آیات مبارکہ میں اللہ باری تعالیٰ نے شہد کی مکھی کو عطا کردہ حکمتوں کی اہمیت ہم پر واضح کر دی ہے۔ چنداں غور کرنے پر یہ بات بھی منکشف ہو جاتی ہے کہ اس میں رب کائنات نے بنی نوع انسان کی بیماریوں کے لئے ایک انتہائی شفا بخش طریق علاج اُجاگر کر دیا ہے۔ اس کے علاوہ اس ذات حکیم نے ہم کو اس علاج کی ضمانت دینے کے ساتھ ساتھ ہمیں غور وفکر کرنے کے لئے مزید نشانیاں تلاش کرنے کا بھی حکم فرمایا ہے۔ جہاں تک شہد کی مکھی کا تعلق ہے اس کی اہمیت کا اندازہ محض اسی نقطے پر واضح ہو جاتا ہے کہ خود اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید کی ایک اہم سورہ مبارکہ کا نام اسی مکھی کے نام پر رکھ دیا ہے۔ جو ''سورۃ نحل'' کہلاتی ہے۔ جس کی آیات آپ نے بالا سطور میں مطالعہ کی ہیں۔

اللہ تعالیٰ نے دنیا میں موجود تمام حشرات الارض میں سے شہد کی مکھی کو ہی اپنی وحی سے کیوں سرفراز کیا ہے؟ اس معاملے پر کسی قدر غور وفکر سے کام لیا جائے تو کوئی ایک حقیقتیں کھل کر سامنے آجاتی ہیں۔ ذرا اس امر کو ذہن میں دوڑائیں کہ شہد کی مکھی کی ذمہ داری دیگر حشرات الارض سے کیسے اہم واعلیٰ ہے؟ اگر درج بالا آیات کی ترتیب ہی سے شہد کی مکھی کا طرز حیات کا مطالعہ کیا جائے تو یہ معلوم ہوتا ہے کہ شہد کی مکھی کے نظام زندگی میں شروع سے آخر تک کوئی بھی

Scanned with CamScanner

چیز اور عمل بے کار و حکمت سے خالی نہیں ہے۔ اگر اس کی زندگی کا صرف طبی پہلو ہی لیا جائے تو ایسے معلوم ہوتا ہے کہ باری تعالیٰ نے اسے ہمارے لئے طبیب بنا کر ہی اس زمین پر اتارا ہے۔

ہزار ہا برس سے انسان اس ننھی منی سی قدرتی طبیب اور اس کے بنائے ہوئے قدرتی تحفے ''شہد'' سے بنی ہوئی ادویات کے متعلق مسلسل عرق ریزی میں ہمہ تن مصروف ہے۔ شہد مکھی کے اسرار و رموز کا سلسلہ ایک طویل عرصے منکشفات برپا کیے ہوئے ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جدید ماہرین نے اس تحقیقی سلسلے کو ایک باقاعدہ شکل دے دی ہے، جو کہ ''اپی آرین تھراپی'' (Apiarian Therapy) کے نام سے موسوم ہے۔ یہ طبی شاخ شہد کی مکھی سے متعلقہ شفائی خصوصیات کا مکمل تعارف پیش کرنے کی سعی کر رہی ہے۔ لیکن یہ یاد رہے کہ شہد کی مکھی کو ''اپیس (Apis)'' کہا جاتا ہے۔

شہد کی کرشمہ ساز شفا بخشیوں کی بدولت اس وقت دنیا کے بیس سے زائد ممالک میں اس کی مصنوعات (Honeybee Products) پر جدید ترین تحقیق ہو رہی ہے۔ جس سے یہ بات معلوم ہوئی ہے کہ شہد تو اس کی رنگ برنگی ادویات میں صرف ایک ہے۔ جو کہ کثیر المقدار ہونے کی وجہ سے ذائقہ زبان عام ہے۔ اپی آرین تھراپی کے تحت تقریباً ہر بیماری کا علاج شہد اس سے بنی ہوئی مصنوعات سے ممکن سمجھا جاتا ہے اور کیا بھی جا رہا ہے۔ اس سے قبل کہ شہد کے طبی پہلو اور شفاء بخش ادویات کا ذکر کیا جائے، مناسب ہوگا کہ خود اس کا مختصر تعارف کرا دیا جائے تا کہ ان کے طرز حیات کے خاکے سے بقیہ تفصیلات کو سمجھنے میں آسانی پیدا ہو سکے۔ فطرت میں چھ لاکھ سے زائد اقسام کے حشرات الارض میں سے ایک قسم مکھی کی بھی ہے۔ خود مکھی کی ہی دس لاکھ سے زائد اقسام پائی جاتی ہیں۔ جن میں سے اکثر انفرادی زندگی بسر کرتی ہیں لیکن پانچ سو اقسام کے قریب مکھیاں کسی نہ کسی تعداد میں اجتماعی اور کسی حد تک باہمی تعاون کے اصول پر زندگی بسر کرتی ہیں۔

ان سب میں سے زیادہ ترقی یافتہ اور باہمی تعاون کے اصول پر مثالی زندگی بسر کرنے والی مکھی کا نام ایپس میلی فیر (Apis melifera) ہے جسے عرف عام میں شہد کی مکھی کا نام دیا جاتا ہے۔ خود شہد کی مکھی کی بھی کئی قسمیں اور نسلیں ہیں مثلاً بڑی مکھی، چھوٹی مکھی، جنگلی مکھی، پالتو مکھی وغیرہ۔ ذاتی ضروریات کے لیے شہد تو تمام مکھیاں ہی تیار کرتی ہیں مگر ایپس

میلی فیر مکھیاں اس کی کثیر مقدار تیار کرتی ہیں۔ ان کے چھتے (گھر) بڑے اور تعداد میں زیادہ ہوتے ہیں۔ شہد کی مکھیاں اپنی رہائش کے لئے ایک گھر تیار کرتی ہیں جس میں بلحاظ ملکی موسم و آب و ہوا، دس ہزار سے لیکر اسی ہزار تک مکھیاں رہ سکتی ہیں۔ اس آبادی کو ایک کالونی کہا جا سکتا ہے۔ یہ کالونی ایک منتظم مکھی کے ماتحت ہوتی ہے جسے ہم ملکہ مکھی یا رانی مکھی کہتے ہیں، ملکہ مکھی دیگر تمام مکھیوں سے عمر و جسامت کے لحاظ سے بڑی ہوتی ہے۔ اس کی اوسط عمر عموماً پانچ سال سے اوپر ہوتی ہے۔ جو کہ انڈوں کے موسم میں تقریباً دو ہزار انڈے روزانہ کے حساب سے دیتی ہے اس طرح وہ اپنی تمام عمر میں دس لاکھ سے زائد انڈے دیتی ہے۔ چونکہ ملکہ مکھی کا کام ساری عمر انڈے دینا ہی ہوتا ہے، اس لئے وہ ایک کالونی کی ملکہ ہونے کے ساتھ ساتھ سب مکھیوں کی ماں بھی ہوتی ہے۔ ایک کالونی میں چند سو کی تعداد میں نر مکھیاں (Drones) بھی ہوتی ہیں۔ جب کوئی نئی ملکہ اس چھتے کا نظام سنبھالتی ہے۔ تو فطری طور پر اسے اپنا کام کرنے کے لئے کسی نر مکھی سے ملاپ کر کے حاملہ ہونا ہوتا ہے۔ چنانچہ وہ اس مقصد کے لئے چھتے سے پرواز کرتی ہے، تو تمام نر مکھیاں بھی اس کے پیچھے روانہ ہو جاتی ہیں۔ جن میں سے سب سے زیادہ چست و طاقتور نر ملکہ مکھی کو پانے اور ملاپ کرنے میں کامیاب رہتا ہے۔

ایک ملکہ مکھی کے لئے زندگی میں صرف ایک ہی بار کا ملاپ اس کی ساری زندگی کیلئے کافی ہوتا ہے۔ اسی سے وہ تمام عمر حاملہ رہتی ہے، اس ایک ہی بار کے ملاپ سے تقریباً چالیس ہزار نر جرثومے (Sperm cells) ملکہ کے اندر منتقل ہو جاتے ہیں۔ جو کہ اس کی ساری زندگی کیلئے کافی ہوتے ہیں۔ حامل ہونے کے بعد ایک ملکہ مکھی اپنی مرضی سے صرف دو ہی قسم کے انڈے دیتی ہے۔

1..... نامکمل انڈے (Unfertilized)

2..... مکمل انڈے (Fertilized)

ان نامکمل انڈوں سے صرف نر مکھیاں ہی پیدا ہوتی ہیں۔ جن کے متعلق آپ پڑھ چکے ہیں، ان کا کام ختم ہونے کی صورت میں انہیں موت کے گھاٹ اتار دیا جاتا ہے۔ جبکہ مکمل انڈوں سے پیدا ہونے والی مکھیوں کو دو طبقوں میں تقسیم کر دیا جاتا ہے۔ ان کے ایک طبقے میں بہت کم مکھیاں ہوتی ہیں، جو کہ ایک مخصوص غذا پر پرورش پا کر نشو و نما پاتی ہیں، یہ مکھیاں نئی ملکہ مکھی

Scanned with CamScanner

کی جگہ پر فائز ہونے کی صلاحیت سے مالا مال ہوتی ہیں۔ چونکہ قانون فطری کے مطابق ایک کالونی میں ایک ہی ملکہ مکھی رہ سکتی ہے۔اس لئے جونہی ملکہ مکھی کو یہ اندازہ ہوتا ہے کہ نئی ملکہ مکھی پیدا ہونے والی ہے تو وہ کچھ مکھیاں اپنے ہمراہ لے کر اس چھتے کو خیر باد کہہ دیتی ہے اور ایک نئی منزل کی تلاش میں گامزن ہو جاتی ہے۔نئی پیدا ہونے والی مکھی کا پہلا کام یہی ہوتا ہے کہ وہ اپنی جگہ سنبھالتے ہی ان تمام خانوں پر حملہ آور ہو جاتی ہے،جن میں ملکہ مکھیوں کی پیدائش ہونا ابھی باقی ہوتی ہے۔وہ انہیں پیدائش سے پہلے ہی مار دیتی ہے۔

اگر کسی وقت دو نئی ملکہ مکھیاں ایک ہی وقت میں پیدا ہو جائیں تو ان دونوں میں زبردست لڑائی ہوتی ہے،ان میں سے جیتنے والی مکھی ہی اس چھتے کی وارث قرار پاتی ہے۔ایک چھتے میں صرف ایک ہی ملکہ مکھی رہ سکتی ہے، کیونکہ اللہ تعالیٰ نے صرف ایک ہی ملکہ مکھی کو افزائش نسل کی صلاحیت سے نوازا ہوتا ہے، جبکہ باقی سب مکھیاں بانجھ ہوتی ہیں لہٰذا ان کا چھتے میں رہنا نامناسب ہوتا ہے، یہ دیگر مکھیوں کے لئے بے کار ہوتی ہیں، اس لئے ان کا ختم کر دینا ہی صحیح ہوتا ہے۔مکمل انڈوں سے پیدا ہونے والی مکھیوں کا دوسرا طبقہ کارکن مکھیوں کا ہوتا ہے۔ یہ مکھیاں ہوش سنبھالنے کے بعد اپنی کالونی کا نظم ونسق سنبھال لیتی ہیں، اور اپنی ذمہ داریوں کو پوری دیانتداری سے سرانجام دیتی ہیں۔کارکن مکھیوں کی عمر کا تعلق محنت ومشقت سے ہوتا ہے۔وہ جس قدر زیادہ مشقت کرتی ہیں اسی قدر ان کی عمر کم ہوتی جاتی ہے۔اس لئے گرمیوں میں پیدا ہونے والی مکھیوں کی عمر صرف آٹھ ہفتے ہوتی ہے جبکہ ان کے مقابلے میں سردیوں میں پیدا ہونے والی کارکن مکھیوں کی اوسط عمر چھ ماہ ہوتی ہے۔کالونی کا نظم ونسق چلانے کے لئے چھتے میں مختلف شعبے قائم ہوتے ہیں۔ان میں سے ایک شعبہ محافظ مکھیوں کے ذمے ہوتا ہے، یہ مکھیاں تمام بیرونی عناصر سے اپنی کالونی کو محفوظ رکھنے کی ذمہ داری نبھاتی ہیں۔یہ ہر وقت اپنی کالونی کے باہر بھنبھناتی رہتی ہیں، اور اردگرد کے ماحول سے باخبر رہنے کی کوشش میں جتی رہتی ہیں۔

حفظان صحت کے شعبے پر متعین مکھیاں اپنی ملکہ کی نشوونما کے لئے خوراک کی تیاری میں مصروف رہتی ہیں، یہ مکھیاں خوراک کی تیاری کے بعد اسے ملکہ مکھی تک لے جاتی ہیں اور خود کھلاتی ہیں۔اسی طرح وہ ملکہ مکھی سے فراغت کے بعد ان سب لاروؤں (Larva) کو خوراک دیتی ہیں جن کی تعداد پندرہ سو سے بھی زائد ہوتی ہے، اور وہ اپنے خانوں میں ان کے

سہارے پڑے رہتے ہیں۔

محکمہ خوراک کی کارکن مکھیاں تمام دن خوراک کی تلاش میں مصروف رہتی ہیں۔ وہ تمام دن کی محنت سے رس وزرگل اکٹھا کر کے چھتے پر لاتی ہیں، اور شہد کی تیاری میں مگن رہتی ہیں۔ایک محکمہ آب وہوا کا بھی ہوتا ہے۔جس میں موجود کارکن مکھیوں کا کام چھتے میں درجہ حرارت کو ایک سا رکھنا ہوتا ہے، وہ چھتے کو شدید گرمی، بیرونی خطرات اور موسمی اثرات سے بھی محفوظ رکھنے میں ہمہ تن مصروف رہتا ہے۔

محکمہ تعمیرات کی انجینئر مکھیوں کی ذمہ داری بڑی اہم ہوتی ہے، یہ مکھیاں کالونی کے تمام تقاضوں کو مدنظر رکھتے ہوئے چھتے کی پلاننگ اور تعمیر ومرمت کا کام انجام دیتی ہیں۔یہ انجینئر مکھیاں چھتے کو فن تعمیر کا نادر ترین نمونہ بنانے میں ایک خاص صلاحیت رکھتی ہیں اور بغیر کسی مسطر و پیمانے کے بالکل ایک ہی پیمائش کے شش پہلو شہد کے خانے اس طرح بناتی ہیں کہ شہد کے خانے کی دیوار کی موٹائی صرف 2/1000 انچ ہوتی ہے۔ان خانوں میں اس قدر قوت ہوتی ہے کہ ایک پونڈ موم سے تیار کردہ چھتا پچیس پونڈ تک شہد کی مقدار کے وزن کو سنبھال سکتا ہے۔اس کے علاوہ یہ چھتا ائیر کنڈیشننگ کا بہترین نمونہ بھی ہوتا ہے۔

کارکن مکھیوں کی ایک ذمہ داری صفائی بھی ہوتی ہے، یہ محکمہ نہایت اہم کردار ادا کرتا ہے، اس میں موجود خاکروب مکھیاں چھتے کی گلیوں اور خانوں کی صفائی کا خاص اہتمام کرتیں ہیں۔یہ ہر وقت ان راستوں کو صاف ستھرا رکھنے میں جتی رہتی ہیں۔خانوں کی ٹوٹ پھوٹ اور موم کی زیادتی کو اعتدال میں رکھنا بھی ان کی ذمہ داری ہوتا ہے۔

شہد کی مکھیوں میں کارکن مکھیوں کی ایک ذمہ داری گورکنی بھی ہے، یہ مکھیاں چھتے میں ہلاک ہو جانے والی مکھیوں کو وہاں سے ہٹاتی ہیں اور چھتے کو ان کی بیماریوں سے پاک رکھتی ہیں، یہ مکھیاں مردہ مکھیوں کو چھتے سے باہر نکال کر زہریلی رطوبتوں کو صاف کرتی ہیں۔

کارکن مکھیوں کا ایک محکمہ جو سب سے زیادہ اہم ہوتا ہے، وہ دفاع سے متعلقہ ہے، یہ مکھیاں دیگر تمام مکھیوں سے زیادہ خطرناک ہوتی ہیں، انہیں عرف عام میں محافظ مکھیوں کے نام سے جانا جاتا ہے۔یہ ہر وقت چھتے کے قریب موجود رہتی ہیں اور تمام حالات پر کڑی نگاہ رکھتی ہیں، بیرونی تبدیلیوں کا بغور جائزہ لینا ان کی فطرت کا ایک حصہ ہوتا ہے۔ یہ چاق وچوبند مکھیاں

Scanned with CamScanner

بیرونی عناصر سے مقابلہ کرنے کی قوت سے مالا مال ہوتی ہیں۔غرض کہ یہ مکھیاں کالونی کی ہر قسم کی ضرورت کو پورا کرنے کی اہلیت رکھتی ہیں۔

اگر غور کیا جائے تو یہ دیکھ کر عقل انسانی دنگ رہ جاتی ہے کہ شہد کے چھوٹے سے چھتے میں عمدہ نظام حکومت کی موجودگی اور تمام محکموں کی تقسیم ایک معاشرے کی اعلیٰ مثال ہے۔لیکن یہ حیرانگی کی بات ہے کہ ایک مکھی ساری عمر کسی مخصوص محکمے میں بھرتی ہو کر کسی ایک کام کے لئے اپنی خدمات پیش نہیں کرتی، بلکہ وہ زندگی کے ہر مرحلے میں چھتے کے ہر ایک محکمے میں کمال کاریگری سے اپنی ذمہ داری ادا کرتی ہے۔ہنگامی حالت میں سب مکھیاں کوئی مخصوص کام یکساں مہارت سے انجام دینے کی اہلیت رکھتی ہیں۔سوچنے کی بات ہے کہ اتنی مختصر سی زندگی میں یہ ننھی منھی سی شہد کی مکھیاں یہ سب فن و پیشے کیسے اور کہاں سے سیکھ لیتی ہیں......؟ کہ ان کا ہر کام فن کا ایک نادر و شاندار نمونہ ہوتا ہے۔

شہد کی مکھی پر تحقیق کرنے والے سبھی لوگ اس کی فنی اور دماغی صلاحیتوں پر ششدر و حیران ہیں کہ یہ معمولی سی مکھی ہر فن مولا کہی جائے یا کہ جینیس......! آپ اسے کیا کہیں گے کہ جسے اللہ تعالیٰ نے ہی سب کچھ سکھلا کر بھیجا ہے، محض اس لیے کہ انسان ان کے اطوار پر غور کرے اور اپنی زندگی کو ان خطوط پر گامزن رکھنے میں کوشاں رہے۔یہ لمحہ عبرت ہے کہ انسان یہ سب دیکھ کر بھی انجان بنا بیٹھا ہے۔اگر ایک شہد کے چھتے کے نظام پر غور کیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ چھتے میں شہد کی مکھی کا طرز حیات ایک بہترین زندہ فلسفہ ہے، شہد کی مکھی کا مطالعہ کرنے والے لوگوں اور فلاسفروں نے اپنی اپنی طرز فکر اور تجربے کے مطابق اس کی زندگی کے مختلف پہلوؤں کا مطالعہ کیا ہے۔انہوں نے اس کے ہر پہلو کو بہترین نمونہ پایا۔یہ مکھی فلاسفر تو نہیں ہے مگر یہ بڑے بڑے فلاسفروں کو فلسفہ سکھانے میں ان کی غیر معمولی استاد ضرور ہے۔

صدیوں سے اس کے طرز حیات کا مطالعہ کرنے کے بعد بھی انسان اس کی بے شمار حرکات و سکنات کو ابھی تک نہیں سمجھ پایا ہے، اس کے ذہن میں آج بھی لاتعداد سوالات کا تانا بانا کلبلا رہا ہے، وہ انہیں سمجھنے کا خواہش مند ہے مگر اسے کوئی واضح راہ دکھائی نہیں دی۔اسی بے بسی کے عالم میں ایک معروف ماہر ڈاکٹر رونالڈ ڈی گرافکسن نے یہاں تک کہہ دیا کہ......

''کاش اگر ہم ایک گھنٹے کے لئے شہد کی مکھیاں بن جائیں تو صدیوں

سے انسان کے مشاہدات سے زیادہ شہد کی مکھی کی زندگی اور اس کے ارادوں کے متعلق بخوبی جان سکتے ہیں۔''

کیا یہ بات حیرت انگیز نہیں ہے کہ صرف آٹھ لاکھ ساٹھ ہزار دماغی خلیات رکھنے والی شہد کی مکھی دس ہزار ملین سے زائد دماغی خلیات کے مالک انسان کو نظم و نسق، محنت و مشقت، صنعت و کاریگری، طب و حکمت، کیمیا و سائنس، فلسفہ و سوسائٹی میتھڈ، انجینئرنگ و سوشل سٹڈی اور آرٹ کے مثالی نمونے پیش کر کے اپنی صلاحیتوں کا ہدف بیان کرتی ہے کہ اگر میں یہ سب کرنے پر قادر ہوں تو تم میں یہ صلاحیت اللہ تعالیٰ نے کس قدر پرو دی ہے۔

اب یہاں ہم سورۃ النحل کی آیات ۶۸ اور ۶۹ کا مفہوم بیان کر رہے ہیں تا کہ یہ باور کرایا جائے کہ اللہ تعالیٰ نے کس طرح بنی نوح انسان کی ضروریات کو پورا کرنے کیلئے اس ننھی سی مکھی کو جو خوبیاں عطا کی ہیں وہ کیا ہیں؟

یہ بات بھی قابل غور ہے کہ نہ صرف اللہ تعالیٰ نے اس مکھی کی محنت سے حاصل شدہ پیداوار میں انسانی بیماریوں کا علاج فراہم کیا ہے بلکہ ایک ایسے وقت میں جب انسان کو علاج معالجے کے بارے میں بہت کم معلوم تھا، اس دوران بھی شہد انسان کے کام و دہن کیلئے بہترین شرینی کا مقام رکھتا تھا۔جب انسان گنے اور چقندر سے چینی یا گلوکوز حاصل کرنے کا فن نہیں جانتا تھا بقول اللہ تعالیٰ ــــ

''ہم اپنی مخلوق (بنی نوع انسان) کی ضروریات سے غافل نہ تھے''۔
(سورۃ المومنون آیت نمبر ۱۷)

مزید یہ کہ اللہ تعالیٰ نے کس وجدانی طریقہ سے شہد کی مکھی کو سمجھایا کہ ــــ

''بنالے اپنے گھر پہاڑوں (کے غاروں) اور درختوں میں اور جہاں ٹٹیاں (بیلیں چڑھانے کے لئے بانس یا لکڑی کی جالیاں) باندھتے ہیں اور پھر کھا ہر قسم کے میووں (پھلوں اور پھولوں) سے، پھر چل اپنے رب کی راہوں میں جو صاف پڑی ہیں (یعنی رس پی کر چھتے کی جانب واپس آنے کے راستے صاف اور آسان پڑے ہیں، پھول اور پھل تلاش کرنے میں تو تجھے محنت کرنا ہی پڑے گی) نکلتی ہے ان کے پیٹ سے (آنتوں سے نہیں) پینے کی

Scanned with CamScanner

چیز جس کے مختلف رنگ ہیں اس میں مرض اچھے ہوتے ہیں لوگوں کے لئے۔"

(سورۃ النحل آیات نمبر ۶۸،۶۹)

کیا شہد اور شہد کی مکھی کے بارے میں پہلے موجود صحائف میں بھی کچھ ایسا ہی تحریر و درج ہے؟ کیا یہ بات عجیب معلوم نہیں ہوتی کہ قرآن الحکیم جو انسانی معاشرت اور اخلاقی تعلیمات کا ایک آسمانی صحیفہ ہے اس میں شہد کی مکھیوں کے بارے میں دو مخصوص آیات کیوں کر نازل کی گئیں اور اس سورۃ مبارکہ کا نام اسی کی مناسبت سے ہی کیوں رکھا گیا؟

اللہ تعالیٰ نے بہت سی جڑی بوٹیاں بھی پیدا کی ہیں جو کہ علاج و معالجہ میں بکثرت استعمال ہوتی ہیں جیسا کہ ایک سدا بہار پودا (Vinca Rosea) ہے جس سے خون کے سرطان کے لئے خاص دوا بنائی جاتی ہے۔ (Rauwolfia Supentin) بھی ایک بوٹی ہے ، اسی طرح پینیسلین نامی ایک معروف دوا بھی ہے جو کہ پھپھوندی کی ایک قسم (Penicillium) سے بنتی ہے۔ پھر آخر شہد کی ہی اتنی تعریف کیوں کی گئی ہے؟ اور ساتھ ہی اللہ تعالیٰ نے اپنی کتاب میں ایک سورۃ مبارکہ کا نام بھی اسی پر رکھ دیا گیا ہے، یوں تو قرآن الحکیم میں اللہ تعالیٰ نے اپنی نشانیاں گنوانے اور اجاگر کرنے کیلئے جگہ جگہ دن رات کے بڑے چھوٹے ، بارشوں کے ہونے کے ذریعے کو اپنی قدرت کاملہ کی طرف انسان کی توجہ دلائی ہے یعنی ۲۲ دسمبر کو ہی ہر سال چھوٹے سے چھوٹا دن ہوتا ہے۔ کیا دنیا بھر کی تمام ایٹمی قوتوں کی حامل اور جدید ٹیکنالوجی کا دعویٰ بھرنے والی اقوام اس دن میں ایک گھنٹہ بھی کم یا زیادہ کر سکتی ہیں؟ ہرگز نہیں۔ لیکن سورۃ النحل اور سورۃ الروم دو ایسی سورتیں ہیں جن میں اللہ تعالیٰ نے بطور خاص اپنی قدرت کاملہ کی جانب انسان کی خاص توجہ دلائی ہے۔

بارک پردار حشرات کے اس گروپ (Hymenoptera) میں دوسرے حشرات بھی ہیں جن میں بھونرے بھڑیں اور کمہر یا بھڑ (Potter Vasp) اور ایک اور قسم کی بھڑ (Muddauber Vasp) شامل ہیں۔ آخر ان حشرات کو اس قیمتی خدمت کے بجا لانے کیلئے کیوں منتخب نہیں کیا گیا؟ شائد اس لئے کہ شہد کو قدرتی مٹھائی کے بطور انسان کے کام و دہن اور علاجوں کے لئے ہی بنایا گیا بلکہ ان انسانوں کے لئے جن میں ایمان اور عمل صالح کی دو خصوصیات پائی جاتی ہیں انہیں انسانی زندگی کے آخری اور نہ ختم ہونے والے دور میں شہد

شیریں کی نہریں بھی عطا کی جائیں گی جبکہ اس دنیا میں ایک کارکن مکھی اپنی عمر بھر کی محنت میں چائے کے چمچے کے برابر شہد اکٹھا کرتی ہے۔ ساٹھ پینسٹھ ہزار مکھیوں کے مگس دان سے ایک وقت میں بمشکل پانچ چھ کلو شہد دستیاب ہوگا۔ ظاہر ہے کہ جنت میں یہی شہد صرف اللہ تعالیٰ کے امر ہی سے اتنی بڑی مقدار میں مل سکے گا کہ انسان اسے پا کر پھولے نہیں سمائے گا۔

شہد کو ایک مخصوص مکھی ہی کے ذریعے پیدا کر کے نہ صرف اللہ تعالیٰ نے اپنی قدرت کاملہ کا احساس دلایا ہے یہی نہیں بلکہ زندگی کے آخری دور میں بھی انسان کو یہی نعمت ایک بڑی مقدار میں فراہم کی جائے گی لیکن یہ انہیں لوگوں کو میسر ہو سکے گی جو کہ اللہ تعالیٰ کے فرمانبردار اور اطاعت گذار بندے ہونگے۔

کیا یہ بات خاصی غور طلب نہیں ہے کہ شہد کی مکھی شش پہلو خانے کس خوبی اور مہارت سے تیار کرتی ہے یوں تو آج کل مصنوعی بنیادی مومی چھتوں جو کہ مگس دانوں میں رکھے جاتے ہیں ان میں شش پہلو نشانات، موم کی چادروں پر پہلے سے نشان زدہ سانچوں کے ذریعے بنا دیئے جاتے ہیں پھر بھی ان سانچوں کو بنانے کیلئے انسان کو کسی ابتدائی مہارت کی ضرورت ہوتی ہے کسی جیومیٹری کے طالب علم کو آپ ایک شش اضلاعی شکل بنانے کو دیں جس کا ہر ضلع ایک ایک انچ کا ہو تو وہ حساب کتاب سے، پرکار، فٹ اسکیل اور پنسل کی مدد سے ہی یہ شکل بنانے میں کامیاب ہو سکے گا فری ہینڈ اس کی بنائی ہوئی شکل میں لازمی فرق نکلے گا۔ اب آپ خود ہی سوچیے کہ شہد کی مکھی بغیر ان لوازمات کے اپنا شش پہلو خانہ اور پھر پورا چھتا کیسے بناتی ہوگی؟ لازماً اسے کسی بڑی تربیت دینی والی ذات ہی نے کسی غیر مرئی طریقے سے اس مکھی کو یہ مہارت سکھلائی ہے۔ یہ تمام باتیں جو چھتے کی تیاری سے لے کر شہد کی تشکیل تک رونما ہوتی ہیں نیچرل سلیکشن (Natural Selection) کے فلسفے سے حل نہیں ہو سکتیں۔ ان کو سمجھنے کے لئے صرف ایک ہی فلسفہ کام آتا ہے جنہیں ذات باری تعالیٰ نے چند لفظوں میں سمو دیا ہے کہ ـــــ

"واوحی اربک الی النحل".

یعنی یہ بات تیرے رب نے شہد کی مکھی کو القاء کی یا سمجھائی یا اس کے وجدان میں ڈالی کہ وہ اپنے عرصہ حیات کو اللہ کے بتائے ہوئے خطوط پر ہی چلائے اور ساتھ ہی انسان کو واضح طور پر بتا دیا کہ شہد اور اس کے ساتھ بننے والی اشیاء میں بہت سی بیماریوں کی شفاء پوشیدہ کی گئی

Scanned with CamScanner

ہے اور یہ انسان پر اللہ تعالیٰ کی ہی مہربانی ہے کہ وہ دن بدن اس بارے میں نئے نئے انکشافات سے دوچار ہوتا جارہا ہے۔

حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔۔۔

"جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چاٹے گا اسے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے سکتی۔" (رواہ ابن ماجہ)

حضرت ابومسعودؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا۔۔۔

"شہد ہر جسمانی مرض کے لئے شفاء کا باعث ہے اور قرآن الحکیم ہر روحانی مرض کے واسطے دوا ہے اس لئے قرآن اور شہد دونوں شفاؤں کو ہمیشہ تھامے رکھو۔" (رواہ ابن ماجہ والحکم)

حضرت ابی سعید خدریؓ سے روایت ہے کہ ایک شخص رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا کہ میرے بھائی کو بہت دست آرہے ہیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جاؤ اور اسے شہد پلاؤ۔ چنانچہ اس نے واپس جا کر اپنے بھائی کو شہد دیا لیکن تھوڑی دیر بعد وہ واپس لوٹ آیا اور دوبارہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے عرض کیا کہ اس دوا سے تو دستوں میں اضافہ ہوگیا ہے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے دوبارہ اسے شہد پلانے کی ہدایت کی لیکن کچھ دیر بعد وہ پھر واپس لوٹ کر مرض کی زیادتی کی شکایت کرنے لگا آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی بات دوبارہ دوہرائی اس طرح تین بار ہوا کہ وہ شخص لوٹ کر آتا اور مرض کے مزید بڑھنے کا شکوہ کرتا رہا، جب وہ چوتھی بار آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور بولا یا نبی اللہ! میں نے آپؐ کی ہدایت کے موجب اپنے بھائی کو ہر بار شہد دیا ہے مگر اس سے تو اس کے اسہالوں میں کمی ہونے کی بجائے اور اضافہ ہوتا جارہا ہے آپ اس سلسلے میں کچھ اور تجویز فرمائیں تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تیرے بھائی کا پیٹ جھوٹا ہے اور اللہ کا ارشاد سچا ہے اسے پھر شہد پلاؤ۔ وہ واپس گیا اور حسب حکم اپنے بھائی کو شہد پلایا تو اس کے اسہال میں کمی واقع ہوگئی اور کچھ ہی وقفے کے بعد وہ پوری

طرح صحت یاب ہوگیا۔

حضرت عمر فاروقؓ کے صاحبزادے قرآن مجید اور حدیث مبارکہ کے علم سے بہرہ ور اور فیض یاب ہونے کے باعث ہر طرح کے امراض کا علاج شہد سے کیا کرتے تھے۔ اس پر بعض ملحدین بے حد اعتراض کیا کرتے مگر ابن عمرؓ نے ان کے اعتراض کو حکم ربی اور شہد کی افادیت سے رد کرکے دکھایا۔

امّ المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ فرماتی ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم حلوہ اور شہد سے بہت محبت رکھتے تھے۔ (رواہ مسلم وابن ماجہ)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے ہیں کہ شفا تین چیزوں میں پوشیدہ ہے ایک حجام سے پچھنے لگانے سے، دوئم شہد کی ایک خوراک کھانے سے، سوئم آگ سے داغ لگانے میں، لیکن میں اپنی امت کو داغ لگانے سے منع کرتا ہوں۔ (رواہ مسلم)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا۔۔۔

"سناء اور سنوت کو کبھی ہاتھ سے نہ چھوڑو کیونکہ ان دونوں میں موت کے سواء ہر مرض کا علاج موجود ہے۔" (رواہ ترمذی وابن ماجہ)

سناء ایک مشہور دوا ہے جبکہ سنوت کے بارے میں مختلف آئمہ کرام کے اقوال مختلف ہیں جن میں اکثریت کا خیال یہی ہے کہ سنوت سے مراد شہد ہی ہے۔

احادیث متذکرہ بالا سے آیات قرآنی کی توثیق ہوتی ہے قرآن مجید اور حدیث شہد کی شفاء بخشی پر متفق ہیں بالا ایک حدیث میں اسہال کی زیادتی میں بھی شہد کا علاج جاری رکھنے کی ہدایت موجود ہے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے بار بار شہد پلانے کا حکم دیا اور اسہال زیادہ ہوتے چلے گئے لیکن آپؐ نے اس موقعہ پر مریض کے پیٹ کو جھوٹا ہونے کی تعبیر دی، حالانکہ بالآخر شہد کے باعث ہی اسے نجات حاصل ہوئی تھی، پیٹ کو جھوٹا کہنے سے یہ مراد تھا کہ اس کے پیٹ میں مواد فاسد موجود ہے جو کہ شہد پلانے سے خارج ہو رہا ہے جب اس کا پیٹ اچھی طرح صاف ہو جائے گا تو اسے آرام مل جائے گا اور مادہ مرض بھی دفع ہو جائے گا۔ چنانچہ اب بھی اس مرض کو طبی اصطلاح میں "ذحیر کاذب" کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔

Scanned with CamScanner

بعض لوگوں کا خیال ہے کہ شہد کے شفاء بخش ہونے میں بموجب قرآن مجید واحادیث کوئی شبہ نہیں ہے لیکن یہ چونکہ گرم مزاج کا حامل ہے اس لئے گرم مزاج کے حامل لوگوں کے لئے اچھا نہیں ہے یا یوں کہہ لیجئے کہ موافق نہیں ہے اس لئے جب مجردین کو شہد کے استعمال کی حاجت ہو تو وہ اس میں سرد ادویہ کا اضافہ کر کے اسے استعمال کر سکتے ہیں اس طرح اس کی حرارت میں تعدیل واقع ہو جاتا ہے۔ فی الحقیقت یہ بھی تکلف ہے جو شخص قرآن مجید اور حدیث پر یقین مستحکم رکھتا ہے اسے کسی قسم کی تعدیل کی ضرورت نہیں ہے حضرت ابن عمرؓ کی طرح اسے ہر مرض پر استعمال کرنے میں تامل نہیں برتنا چاہیے جس سے ہمیشہ شفاء کی امید ہے۔ البتہ مقدار میں کمی بیشی کی جا سکتی ہے یا اس میں حسب ضرورت پانی ملا لینا کافی ہوتا ہے جیسا کہ حدیث کے الفاظ میں پایا جاتا ہے کیونکہ شہد کا پلانا پانی کے ہمراہ زیادہ موزون ہوتا ہے۔

اسی طرح ایک اور حدیث میں پانی ملانے کا ذکر موجود ہے جہاں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے بکری کے دودھ میں پانی ملایا تھا اور فرمایا ہے کہ ____

''اس چیز کی گرمی کی پانی کی سردی سے اصلاح ہو جاتی ہے۔''

بعض اطباء اگرچہ شہد کی شفاء بخشی کے قائل ہیں لیکن ان کا خیال ہے کہ جب شہد کی مکھیاں زہریلے پھولوں کا رس چوستی ہیں تو ایسی صورت میں تیار شدہ سیاہی مائل شہد کھانے کے قابل نہیں ہوتا ہے، یہ محض ان کا وہم ہے۔ اگر وہ قرآن پاک کی آیات پر ذرا بھر بھی غور کریں تو سب حقیقت ان کے سامنے منکشف ہو جاتی۔ شہد کی مکھی کو ہر قسم کے پھل پھولوں سے رس چوسنے کا امکان ہے جس میں سرد وگرم، تریاق وزہریلے اور غیر زہریلے پھل بھی شامل ہیں لیکن اس کے باوجود مکھی کے پیٹ سے نکلے ہوئے شہد کو ''شفاء للناس'' قرار دیا گیا ہے۔

اگر اس معاملے کو فلسفیانہ نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ جہاں شہد کی مکھیاں زہریلے پھولوں کا رس چوستی ہیں وہیں تریاقی پھولوں کا رس بھی ان کی خوراک کا حصہ بنتا ہے۔ ہر قسم کے رسوں کے ملاپ کے باعث ان کی خود بخود تعدیل واقع ہو جاتی ہے اس کے علاوہ شہد کی مکھیوں کی جسمانی خاصیت بموجب فرمان خداوندی اس قسم کی واقع ہوئی ہے کہ ہر زہریلی چیز ان کے جسم میں پہنچ کر اپنے مضر اثرات کھو دیتی ہے اور صرف شفاء بخش اثرات باقی رہ جاتے ہیں جو کہ شہد کی صورت میں ان کے جسم سے باہر نکلتے ہیں۔

☆☆ف کی رنگت کے بارے میں بعض اطباء کا خیال ہے کہ شفاف سرخی مائل شہد سب سے اچھا ہے لیکن قرآن حکیم کے متبرک الفاظ میں ہر رنگ کا شہد شفاء بخش اور عمدہ ہے۔ جیسا کہ ارشاد ہے کہ ____

''شہد کی مکھیوں کے پیٹ سے مختلف رنگوں کا شراب نکلتا ہے جس میں لوگوں کے لئے شفاء موجود ہے۔''

اس فرمان واجب الاذعان کا یقین کرتے ہوئے کسی ایک رنگت کے شہد کو ترجیح دینا درست نہیں ہے۔ ہندی آیورویدک طریقہ علاج میں شہد کے مختلف رنگوں کا ذکر کرتے ہوئے اطباء حضرات اس بات پر متفق ہیں کہ لوہے کے رنگ کا شہد جریان منی اور سیلان المذی میں اکسیر ومفید ہے اگر اس نظریہ کو صحیح تسلیم کر لیا جائے تو مختلف رنگوں کے شہد مختلف امراض میں ہی شافی علاج قرار دیئے جا سکتے ہیں لیکن قرآن واسلام کی سادہ تعلیم میں کسی موشگافی کی ضرورت معلوم نہیں ہوتی ہے۔ ہم ہر ایک رنگ کا شہد ہر ایک بیماری کے لئے شافی مانتے ہیں اور بلا تفریق رنگ وقوام اور اس وسوسے کے کہ شہد زہریلے پھولوں سے حاصل کیا گیا ہوگا یا غیر زہریلے پھولوں سے۔ ہم بہرحال مسلمان ہیں اور قرآن مجید کے ہر آیت کی صداقت پر پورا پورا یقین رکھتے ہیں۔

شہد بطور ____ غذا

کون ہے جو شہد کے نام سے واقف نہیں ہے ہر علاقے میں اسے بخوبی جانا جاتا ہے اور استعمال کیا جاتا ہے۔ اسے اُردو میں شہد، بنگالی میں مادھو، سندھی میں ماکھی، پشتو میں گبین، پنجابی میں شہت یا شید، ہندی میں مدھ یا مدھو، گجراتی میں مادھ، فارسی میں شہد انگبین، عربی میں عسل اور انگریزی میں ہنی (Honoy) کے ناموں سے موسوم کیا جاتا ہے اسے طبی زبان میں آب حیات، ماء الحیات اور معین زندگی جیسے القاب سے نوازا گیا ہے۔ اس کی نباتاتی اصطلاح انگریزی طب میں ''میل (Mel)'' ہے۔

شہد کی مکھیاں بعض نباتات کے برگ وگل اور پھلوں سے ایک قسم کا رس چوستی ہیں جو کہ ان کے معدے میں جا کر شہد میں تبدیل ہو جاتا ہے شہد کی ایک مخصوص بو اور مٹھاس ہوتی ہے۔

Scanned with CamScanner

جس قسم کے نباتات کا رس شہد کی مکھیاں چوستی ہیں اسی قسم کا شہد تیار ہوتا ہے اسی لئے مختلف علاقوں اور جگہوں سے حاصل کئے گئے شہد میں ذائقہ اور خاصیت میں جزوی فرق ہوتا ہے۔ اگر شہد کی جنگلی مکھیوں نے زہریلے پھولوں کا رس چوسا ہو تو ان کے شہد میں معمولی سی سمیت بھی پائی جاتی ہے۔ شہد کی مکھیاں اسے اپنے چھتے کے خانوں میں محفوظ رکھتی ہیں۔

شہد عموماً گرم اور استوائی خطوں میں زیادہ حاصل ہوتا ہے امریکہ اور کینڈا میں پہلے پہل شہد کی مکھیوں کو پالنے کیلئے صنعتوں کا اہتمام کیا گیا تھا جس پر تمام دنیا میں اب شہد کیلئے مگس بانی کی صنعت قائم ہو گئی ہے۔ شہد کی مکھیوں کیلئے مخصوص فارم بنائے جاتے ہیں اور بجلی کی مدد سے ان کے چھتوں میں سے شہد نکالا جاتا ہے۔

برصغیر پاک و ہند میں ضلع جہلم، ہزارہ ڈویژن، کشمیر، ڈیرہ دون کے جنگلات، چناگانگ، ریاست جموں و کشمیر، ریاست بوشہر، ریاست چمبہ، ناگپور، کانگڑہ، آسام، برما اور بھوٹان کے جنگلات شہد کی پیداوار کیلئے مشہور ہیں۔

شہد مختلف اقسام کی شکر کا مجموعہ ہے۔ اس میں گنے کی شکر (Dextrose)، انگور کی شکر (Laevulase)، میوسی لیج (Mucilage)، روغنیات، پھولوں کی گرد یا زرگل یا کیسر (Pollens)، بودار مواد اور رنگ دار مادہ شامل ہوتے ہیں۔

یہ گاڑھا، نیم شفاف، ہلکا زردی مائل یا کسی قدر بھورا سیال ہوتا ہے جو پرانا ہو جانے پر غیر شفاف ہو جاتا ہے اور اس میں قلمی ذرات دکھائی دینے لگتے ہیں جو گنے کے رس کی طرح شیریں ذائقے سے بھرپور ہوتے ہیں۔ اس سے لطیف قسم کی خوشبو بھی مہکتی ہے۔ حکماء واطباء کی رائے کے مطابق بہترین شہد وہ ہوتا ہے جس میں ذیل صفات موجود ہوں۔ یہی شہد طبی ادویات میں مستعمل ہوتا ہے۔

- نہایت خوشبودار ہو۔
- پاکیزہ پھولوں سے حاصل کیا گیا ہو۔
- اس کے ذائقے میں لزوجت اور شیرینی زیادہ ہو۔
- اس کے ذائقے میں تیزی ہو مگر کڑواہٹ نہ ہو۔
- زیادہ بہتر وہ ہے جس کی رنگت سرخی مائل اور شفاف ہو۔

- شفافیت صاف دکھائی دے اور موم سے زیادہ صاف ہو۔

دوسرے درجہ پر سفید رنگ کا شفاف شہد ہوتا ہے۔ موسم ربیع کا شہد موسم خریف کے شہد سے عمدہ خیال کیا جاتا ہے لیکن بعض اطباء کی رائے اس کے برعکس ہے۔ جو شہد سیاہ، سبز یا غبار آلود ہوتا ہے یا جسے موسم سرما میں حاصل کیا جاتا ہے اور جس کا ذائقہ تلخ اور تیز ہو یا جسے حاصل کیے ہوئے دو سال سے زائد کا عرصہ گذر چکا ہو۔ ان سب طرح کے شہد کے بارے میں حکماء کی متفقہ رائے ہے کہ یہ ناقص اور خراب ہیں ان کے استعمال سے اخلاط جل جاتے ہیں اور انسانی فطرت میں جنون و مالیخولیا پیدا ہونے کا امکان ہوتا ہے۔

ہندی طب ویدک میں شہد کی چار قسموں کے متعلق لکھا گیا ہے۔

1 تیل کے رنگ کا جو سرد اور خشک ہوتا ہے۔
2 گھی کے رنگ کا جو زرد اور خشک ہوتا ہے۔
3 سفید، صاف اور شفاف یہ قسم سب سے اچھی ہوتی ہے۔
4 لوہے کی رنگت کا سیاہی مائل شہد، یہ قسم ناقص و نقصان دہ ہوتی ہے۔

پندرہ برس پہلے شہد سے متعلق شفاء یابی ایک اور واقعہ معروف اخبار ''نوائے وقت'' میں جنوری 1987ء میں شائع ہوا تھا۔ امریکی ریاست کے کسی دور افتادہ گاؤں میں ایک شخص پٹرول کی ٹنکی پھٹنے سے بری طرح جھلس گیا اس ناگہانی صورتحال میں ملوث اس کی بیوی کو کچھ بھی بجھائی نہیں دیا تو اس نے مرتبان کھول کر شہد روئی کی مدد سے اس کے جسم پر اچھی طرح لیپ کر دیا، اسے اگلے دن لوگوں نے قریبی شہر کے ہسپتال میں داخل کرایا تو ڈاکٹر حضرات اسے دیکھ کر حیرت میں مبتلا رہ گئے کہ شہد نے اس کے زخموں کو کافی حد تک مندمل کر دیا تھا اور شہد پینے سے اس کی تکلیف میں بھی کافی حد تک افاقہ ہو چکا تھا۔ اس خاتون نے استفسار پر بتایا کہ بچپن میں جب بھی کسی بہن بھائی کو چوٹ لگتی تو ان کے والدین فوری طور پر متاثرہ جگہ پہ شہد لگا دیتے تھے جس سے ان کا خون بہنا بند ہو جاتا اور زخم کا نشان بعد میں شہد لگانے سے ٹھیک ہو جاتا تھا۔ اسی تحریک کے باعث میں بھی اپنے شوہر کو فوری طبی مدد کے طور پر شہد کا لیپ کیا تھا۔

شہد کے ایک مقوی غذا ہونے کے ساتھ ساتھ بنی نوع انسان کے لئے تحفۂ خداوندی سے کم نہیں ہے جس میں ہر لحاظ سے شفاء ہی شفاء پوشیدہ ہے۔ شہد کی مکھیاں قدرتی نباتات کے

Scanned with CamScanner

برگ وگل سے حاصل کردہ رس محنت و کاوش سے جمع کرتی ہیں۔ انہیں ایک پھول سے دوسرے پھول تک اور پھر شہد کے چھتے تک جانے میں بے حد فاصلہ طے کرنا پڑتا ہے آپ یہ جان کر حیران ہونگے کہ یہ ننھی منی سی ''باہمت جان'' اپنے وزن سے پانچ سو گنا زائد شہد لا کر جمع کرتی ہے۔ ایک چمچہ شہد اکٹھا کرنے کے لئے اسے دو ہزار پھولوں تک رسائی کرنا پڑتی ہے ایک پونڈ شہد کے لئے تقریباً چار پونڈ پھولوں کے رس کی ضرورت ہوتی ہے جسے یہ ننھی منی مکھی بڑے ہمت و حوصلے سے جمع کرتی ہے۔ چینی اور گڑ کی ایجاد سے بہت پہلے پتھر کے زمانے میں یا اس زمانے میں جب دنیا کے غیر تہذیب یافتہ حصوں میں انسان غاروں میں مقیم تھا شہد ان کے استعمال میں رہا تھا۔ وہ اپنے لئے اسے بہترین غذا تصور کرتے تھے۔ یہ کہنا غلط نہیں ہوگا کہ انسان نے مگس بانی کے فن کی ابتداء اس دور سے کی تاکہ وہ اس بہترین شیرینی سے باقاعدہ لطف اندوز ہو سکے۔

شہد کے اجزائے ترکیبی پر ایک نظر:

شہد کے خاص اجزاء مندرجہ ذیل ہیں۔

انگوری چینی یا گلوکوز، پھلوں کی چینی، گنے کی چینی جو بیک وقت شہد کا فی صد حصہ بناتی ہے یہ مقدار میں شہد میں بے حد کم ہوتی ہے۔ یہ ایک اوسط اندازے کے مطابق ڈھائی فیصد سے تین فیصد تک شہد میں موجود ہوتی ہے۔ جبکہ دوسری شکریات بیک وقت مختلف شہد کی مکھیوں سے حاصل شدہ شہد میں ۲۷ فی صد سے ۴۴ فیصد تک موجود ہوتیں ہیں۔ شہد میں کئی قسم کے ترشے یا تیزاب بھی موجود ہوتے ہیں اسی طرح اس میں ۲۸ قسم کے قریب مختلف دھاتوں کے نمکیات بھی ملتے ہیں اور اس کے علاوہ کئی کیمیائی اجزاء بھی شامل ہوتے ہیں۔ بالا بیان کی گئی شکریات کے علاوہ اس میں ڈیکسٹروز اور لیویولوز جو کہ (Hexose) شکریات کے گروپ سے تعلق رکھتی ہیں، معدہ میں پہنچتے ہی خون میں سرایت کرنا شروع کر دیتی ہیں اور جسم کو فوری توانائی و قوت بہم پہنچاتی ہیں۔

شہد میں چھ قسم کے مضادات حیوی (انٹی بائیوٹک) پائے جاتے ہیں اس کے چھتے میں، اس کے موم میں، ملکہ مکھی کے لیے مخصوص غذا رائل جیلی میں، شہد کی صفائی کے وقت اس کی

تلچھٹ میں اور خود شہد کے اندر اندرونی اور بیرونی استعمال کے دوران جراثیم کش اثرات موجود ہوتے ہیں۔ یہ تاثیر اس کی رطوبت کو جذب کرنے کی خصوصیت میں پائی جاتی ہے جیسا کہ ہمیں علم ہوا ہے کہ جراثیم عفونت والی رطوبت میں پلتے اور بڑھتے ہیں مگر شہد اس رطوبت کو جذب کر لیتا ہے اور اس کے منتقل ہونے کے عمل کو روک دیتا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ شہد انسان کے معدے اور امعاء (آنتوں) کے زخموں کو مندمل کرتا ہے کئی معالجین نے شہد کو استعمال کر کے دیکھا ہے اور انہیں عمل جراحت کی ضرورت نہیں پڑی۔ شہد کے ساتھ ملنے سے آکسیجن کا احتراق کامل ہوتا ہے اس لئے شہد تصفیہ خون میں مفید ہے۔ دوسری قسم کی شکرؤں میں یہ خاصیت نہیں پائی جاتی ہے۔ شہد خون کے سرخ ذرات پیدا کرنے میں جگر اور تلی کی معاونت کرتا ہے اس سے خون میں انجماد پیدا نہیں ہوتا ہے اور زخم کی صورت میں سیلان خون زیادہ نہیں ہوتا ہے۔ شہد ذیابیطس میں بھی مفید ہے اس سے خون کی شکر کے تناسب میں اضافہ نہیں ہوتا کیونکہ یہ آکسیجن سے مل کر احتراق کامل کرتا ہے۔ اس سے بدن میں قوت پیدا ہوتی ہے۔ ماضی میں امراض قلب اور ذیابیطس کا وقوع شاذ ہی ہوتا تھا، اس وقت سفید شکر نہیں ہوتی تھی۔ مٹھاس کے لئے لوگ شہد کو ہی استعمال کرتے تھے۔ ماضی قریب میں بھی سفید شکر کا استعمال عوام میں نہیں ہوتا تھا صرف یہ امراء کے دسترخوانوں پر ہی دکھائی دیتی تھی۔

قدیم زمانے میں انسان کو شہد کے کئی شفاء بخش خواص کا علم تھا لیکن آج یہ عالم ہے کہ کسی علمی اور منطقی جواز کے بغیر جدید طب میں ادویہ کی کثرت سے یہ خواص پس پشت ڈال دیئے گئے ہیں۔ مثال کے طور پر طب جدید میں اب تک روماتزم اور التہاب مفاصل (جوڑوں کے دردو سوجن) کا کوئی شافی علاج دریافت نہیں ہو سکا حالانکہ ماضی میں شہد کی مکھی کے ڈنک سے اس مرض کا کامیاب اور شافی علاج کیا جاتا تھا اگر مریض اس کا متحمل نہیں ہوتا تھا تو شہد کا موم آگ پر ذرا سا نرم کر کے درد کی جگہ پر لیپ کر دیا جاتا تھا چنانچہ گھنٹے دو گھنٹے میں ورم اور درد میں تخفیف ہو جاتی تھی۔

معاصر محققین نے معلوم کیا ہے کہ شہد کی مکھی کے ڈنک میں کئی ایسے نیوٹرل ایسڈ موجود ہوتے ہیں جو کہ روماتزل کے لئے مفید ہیں۔ علیٰ ہذا قیاس ابھی تک محققین حمی ربیعہ (حساسیت ربیع یا موسم بہار کی الرجی) کا شافی علاج معلوم کرنے میں مصروف کار ہیں طب جدید اس کا کوئی

Scanned with CamScanner

مناسب علاج دریافت نہیں کر سکی۔ اگر یہ معلوم ہو کہ کن پودوں کے پولن سے حساسیت پیدا ہوتی ہے اور پھر انہی پودوں کے پھولوں سے شہد کی مکھیوں کا بنایا ہوا شہد دستیاب ہو جائے تو یہ شہد یقیناً اس مرض میں شفاء بخش ثابت ہوگا۔ چونکہ اس مرض کا اصل سبب معلوم کرنا قدرے مشکل کام ہے خصوصاً زمانہ ماضی میں وسائل کی کمی کے باعث یہ کام بے حد مشکل سمجھا جاتا تھا اس صورت میں کسی بھی شہد کو قدرے گرم کر کے سانس کے ذریعے اس کے ابخرے (بھاپ) لینے چاہئیں۔

قدماء کے مطابق شہد کو گرم کر کے استنشاق کرنے (یعنی بھاپ کے ذریعے بھپارا لینے) سے چند سیکنڈوں میں مرض کی تکلیف سے آرام میسر ہو جاتا ہے۔ اطباء و ماہرین نے شہد کی مکھیوں اور چیونٹیوں کے بنائے ہوئے شہد میں جن حیاتین کا انکشاف کیا ہے ان کی بناء پر شہد کو ''اکسیر حیات'' کہا جاتا ہے۔ قدیم لوگ اس اکسیر کا خواب دیکھا کرتے تھے حالانکہ اس دار فانی میں یہ نعمت درحقیقت موجود ہے۔ حیاتین اے، بی اور سی اور معدنی نمکیات سے استفادہ شہد کے اندرونی استعمال ہی تک منحصر نہیں، اس کے بیرونی استعمال سے بھی یہ فوائد حاصل ہوتے ہیں۔ کئی اقوام میں چند عشرے پہلے شہد کا روایتی استعمال ہوتا رہا ہے۔ ایسی اقوام میں ہندو قوم بھی شامل ہے جہاں اعادہ شباب (کایا کلپ) کا علاج رائج تھا۔ اس کے متعلق ہم ایک وید حکیم کا ایک اقتباس یہاں پیش کر رہے ہیں جس کے مطالعے کے بعد آپ کو یہ معلوم ہوگا کہ اس سرزمین کے لوگ شہد کی افادیت سے کس قدر واقف تھے۔

''گذشتہ جنوری کی سولہ تاریخ کو میں دریائے گنگا کے واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا۔ میری غذا دودھ مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرنا پڑتا اور صبح و شام غور و فکر میں مشغول رہتا، میں فروری کی ۲۸ تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے فارغ ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے چہرے پر جو جھریاں مکڑی کے جالے کی طرح چھائی ہوئی تھی مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے مسوڑھے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے حتیٰ کہ نئے دانتوں کے آثار نظر آنے لگے۔ میرے عزیز و اقارب کے لئے جو میرے بڑھاپے کی صورت کی آشنا تھے۔ ان کے لئے اب میری پہچان مشکل ہو گئی تھی کیونکہ میرا روپ رنگ بدل چکا تھا میں اپنی حقیقی عمر سے تیس

برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔''

ہندی ویدوں نے اس علاج کے بارے میں مشورہ دیا ہے کہ اس علاج کا آغاز تیس برس کی عمر سے شروع کرنا چاہئے اور اگر ہر پندرہ برس کے بعد اس کا اعادہ کر لیا جائے تو چہرہ، بشرہ اور جوانی تازہ رہتی ہے حقیقت میں جلد اور چہرے کے بارے میں جو تحقیقات ہوئی ہیں وہ یہی ثابت کرتی ہیں کہ شہد کے خارجی استعمال سے جلد کی طبعی طاقت قائم رہتی ہے اور جھریاں نہیں پڑتیں۔ خواہ موسم اور آب و ہوا کچھ بھی ہو۔ آج کے بشرے اور جلد کے لئے مصنوعات میں شہد کی موجودگی کوئی حیرت کی بات نہیں۔

ملک کے مایہ ناز ڈاکٹر محمد تقی ایک جگہ لکھتے ہیں کہ یوں تو میڈیکل کالج میں داخلے سے پہلے ہی ایلوپیتھک ادویہ کے مضرات (Side Effects) اور جسم انسانی پر ان کے نقصان دہ اثرات کے بارے میں دل و دماغ فکر مند رہتا تھا مگر میڈیکل کالج میں داخلے کے بعد اور جسم انسانی میں چھپے ہوئے خزانوں کا علم ہونے کے بعد میرے اس اضطراب میں اور بھی اضافہ ہوا یہاں تک کہ جب میں سال سوئم میں پہنچا تو فارماکولوجی کے مضمون سے پالا پڑا تو حقائق کھل کر سامنے آتے چلے گئے اور اس کے بعد میں نے مصمم ارادہ کر لیا کہ انسانی امراض کے علاج و معالجے کے لئے کوئی بے ضرر اور قدرت یا فطرت کے قریب طریقہ علاج ضرور وضع یا دریافت کروں گا۔ اسی اضطراب میں مبتلا تھا کہ اپنے روحانی استاد سے سورۃ النحل کی آیات کی تفسیر سنی جن میں شہد کا حوالہ دیا گیا تھا۔

''اور حکم بھیجا تیرے رب نے شہد کی مکھی کو کہ بنا لے پہاڑوں میں گھر اور گھروں میں جہاں چھتریاں ڈالتے ہیں پھر کھا ہر طرح کا میوے، پھر چل اپنے رب کے آسان راستوں میں، نکلتی ہے اس کے بطن سے شراب، جس کے کئی رنگ ہیں، اس میں ہے شفاء انسانوں کے لئے، اس میں نشانیاں ہیں ان لوگوں کے لئے جو فکر کرتے ہیں۔''

اس آیت میں غور کرنے سے تین اہم نقطوں کی وضاحت ہوتی ہے خاص طور پر یہ جملہ کہ ''جہاں چھتریاں ڈالتے ہیں'' صاف ظاہر کرتا ہے کہ شہد کی مکھیوں کو پالا جا سکتا ہے یعنی جہاں بھی لوگ انہیں مناسب اسباب فراہم کریں گے وہاں یہ مکھیاں رہ کر اپنے خدا کے حکم کی

Scanned with CamScanner

تعمیل کرتی رہیں گی۔ اس طریقہ کار کو جدید اصطلاح میں بی کیپنگ یا اپی کلچر (Apiculture) کا نام دیا جاتا ہے اسی طرح ان آیات میں یہ دوسرا نقطہ کہ اس میں شفاء ہے انسانوں کے لئے اس بات کی نشاندہی کرتا ہے کہ شہد انسان کی مادی اور روحانی دونوں قسم کی بیماریوں کی اصلاح کرتا ہے۔ ظاہر ہے کہ اس میں انسان کا پورا وجود شامل کیا گیا ہے جسم میں روح بھی ہے اور مادہ بھی۔

اگر چہ اس بات کو سمجھنا قدرے مشکل ہے کہ روحانی بیماریاں یعنی جھوٹ، حسد، لالچ، تعصب، غیبت وغیرہ شہد سے کیسے ٹھیک ہوسکتی ہیں لیکن ایمان والوں کے لئے یہ بات سمجھنا کوئی مشکل نہیں ہے۔ اسی طرح تیسرے نقطے لفظ انسان سے بھی ظاہر ہوتا ہے کہ شہد سے شفاء کا دائرہ صرف ان امراض تک نہیں جو آج دنیا کی کتابوں میں موجود ہیں بلکہ ان تمام امراض کو بھی شامل کر دیا گیا ہے جو کہ انسانوں میں آئندہ دریافت یا لاحق ہونگے۔ اس سے بھی بالا یہ کہ وہ امراض بھی اس فہرست میں شامل ہیں جن کا ادراک ابھی تک انسان کو نہیں ہوسکا ہے یا وہ کبھی نہیں کرسکتا۔

یہ چند اشارے ہیں جو کہ میرے ذہن ناپید نے ان آیات سے اخذ کیے ہیں مگر میں یہ یقینی طور پر نہیں کہہ سکتا ہوں کہ یہی اشارے اللہ تعالیٰ کے مقصود ہوں گے بلکہ یہ صرف اس کے حکم پر عمل کرنے کا نتیجہ ہیں۔ رب کائنات نے خود ارشاد کیا ہے کہ قرآن میں غور وفکر کیوں نہیں کرتے کیا تمہارے دلوں پر تالے پڑے ہوئے ہیں۔

احادیث نبوی میں بھی شہد کی افادیت کو خوب کھول کر بیان کیا گیا ہے۔ سائنس کی رو سے شہد پیچیدہ شکریات کا ایک نیم شفاف مرکب ہے جسے شہد کی مکھیاں نہایت احتیاط سے مختلف پھولوں سے اکٹھا کرتی ہیں اور انہیں مخصوص ترکیب سے شہد میں تبدیل کرتی ہیں۔ ان اجزاء کی وجہ سے شہد ایک تیزابی مرکب بن جاتا ہے جس میں فاسفورس 4.5 سے 3.0% تک ہوتا ہے یہ وہ تیزابیت ہے جس پر بیشتر جراثیم کی نشوونما محال ہوتی ہے۔

دوسرے High Solute Concent کی وجہ سے یہ ایک Osmotic مرکب بن جاتا ہے جس کے باعث جراثیم یا پانے اطراف کی اشیاء کو یہ اپنی جانب کھینچتا ہے۔ اگر دوسرے اینٹی بائیوٹک سسٹم کو زیر بحث نہ بھی رکھا جائے تو مندرجہ بالا دو اسباب ہی جراثیم کو

مارنے کے لئے کافی ثابت ہوتے ہیں۔

کیمیائی اجزائے ترکیبی (Chemical Elements)

1	پانی	17.00%
2	لئیولوز (ڈی فریکلوز)	39.0%
3	ڈیکسٹروز (ڈی گلوکوز)	34.0%
4	شکر یا سکروز	1.0%
5	ڈیریٹرین	0.5%
6	نشاستہ یا پروٹین	1-2%
7	تیزاب (سائٹرک ایسڈ، فارمک ایسڈ، ایسٹک ایسڈ)	0.5%
8	الکوحل	0.5%
9	میزلز (کیلشیم، فاسفورس، آئرن، آئیوڈین)	1.0%
10	وٹامنز (حیاتین ج، بی کمپلکس، پینٹوتھینک ایسڈ)	0.5%
11	اینزیمس (سیناٹائیس، انورفوژ، ڈائیوسلوژ، گلوکوز، آکسیڈوژ)	0.5%
12	موم	0.05%
13	قیمتی عناصر (کیڈمئیم، سونا، بسمتھ)	0.05%

اصلی شہد کی شناخت:

پاکستان میں آج کل بڑے پیمانے پر شہروں اور دیہات میں شہد دستیاب ہوتا ہے۔ ماضی قریب کی اخباری اطلاع کے مطابق آج کل تقریباً ایک ہزار ٹن شہد سالانہ تیار کیا جارہا ہے جو کہ نہ صرف ملکی ضروریات کو پورا کرتا ہے بلکہ اب برآمد بھی کیا جانے لگا ہے لیکن یہ بات حتمی ہے کہ زرگل اور شہد کی اصل اہمیت کے بارے میں ابھی تک لوگوں کی بڑی تعداد بے خبری کا شکار ہے۔ اسی وجہ سے اس صنعت کو حقیقی معنوں میں کوئی توجہ نہیں دی جاتی ہے جس کی یہ اب مستحق ہے۔ ہمارے ملک کے مقابلے میں جرمنی، امریکہ، آسٹریلیا اور یورپ کے دوسرے ممالک میں اسے بڑے پیمانے پر اور سائیفٹنک طریقوں سے حاصل کیا جارہا ہے۔

Scanned with CamScanner

ہمارے ملک میں غذائی اشیاء کے معیاری پرکھ کے ذرائع بھی محدود ہیں۔ اس لئے شہد خریدتے وقت یہ دھڑکا لگا رہتا ہے کہ ملکی شہد جو کہ سو روپے سے لے کر تین سو روپے تک کلو گرام کے بھاؤ سے بآسانی عام مل رہا ہے ان میں کونسا شہد اصلی اور قابل اعتبار ہے۔ یوں بہت سی پہچانیں مشہور ہیں لیکن ان میں سے بیشتر بے بنیاد ہیں اور ان کی سب سے بڑی وجہ یہ ہے کہ ان پہچانوں کی بین الاقوامی کوئی حیثیت نہیں ہے بلکہ خود ہمارے ملک میں صوبوں کے لحاظ سے شہد کی پہچان کے الگ الگ طریقے رائج ہیں ان سب میں اختلاف رائے ہے۔

جس طرح اللہ کی کتاب قرآن مجید کو ضرورت سے زیادہ تقدس اور احترام کرتے ہوئے اسے جزدان میں بند کر کے کسی اونچی کھونٹی پر رکھ دیا جاتا ہے اسی طرح شہد کے متعلق مافوق الفطرت بیانات جاری کر کے اس کی افادیت سے لوگوں کو محروم کیا گیا ہے۔ حالانکہ چاہیے تو یہ ہے کہ ہمیں قرآن مجید کو تلاوت کرنے کے ساتھ ساتھ اس کے احکاماتٌ و پیغامات پر بھی غور و فکر کرنا چاہئے اور قدرت کے بخشے ہوئے نظام سے پوری آگاہی حاصل کرنا چاہئے اور شہد کو جدید نظریہ فکر پر جانچ کر اس سے زیادہ سے زیادہ فائدہ حاصل کرنا چاہئے۔

شہد کی پہچان کے چار طریقے عمدہ ہیں ان میں سے تین طریقہ شناخت تو احادیث کی روایات میں موجود اور ثابت ہیں اور اتفاق سے محققین نے بھی ان پر صاد لگائی ہے۔

یہ حقیقت ہے کہ شہد میں تیزابیت زیادہ ہوتی ہے اسی لئے گلے میں اس کی تلخی کا احساس ہوتا ہے، اس میں Solute Concent زیادہ ہوتا ہے جو کہ گلے میں موجود تری کو خشک کر دیتا ہے یعنی گلے کا پانی شہد کے ساتھ جذب ہو کر معدے میں اتر جاتا ہے اور خشکی و تلخی کا احساس پیدا ہو جاتا ہے۔

میڈیکل سائنس ہمیں یہ بتاتی ہے کہ جسم میں فوری توانائی حاصل کرنے کے لئے غدود گلوکوز استعمال کرتے ہیں اور غدود کو گلوکوز توڑ کر Metabolise توانائی ATP بنانے کے لئے وٹامن بی کمپلکس کی ضرورت ہوتی ہے جو کہ شہد میں وافر مقدار میں موجود ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ شہد کھانے کے کچھ ہی وقفے بعد جسم میں حرارت عزیزی بڑھ جاتی ہے اور ہمیں گرمی کا احساس ہونے لگتا ہے۔

اس مرحلے میں بھی ہم میڈیکل سائنس سے یہ معلوم کرتے ہیں کہ شہد کھانے کے چند

گھنٹوں کے بعد ہی شہوت میں زیادتی کیونکر ممکن ہوتی ہے۔ شہوت کا تعلق بنیادی طور پر تین آرگنز سے ہوتا ہے یعنی ایڈرنل گلینڈ، ٹوسٹس گلینڈ اور پیچوٹری گلینڈ۔ اتفاق سے ان تینوں میں یکسانیت یہ ہے کہ یہ صرف گلوکوز یا فریکٹوفیوز ہی کو توانائی حاصل کرنے کے لئے نیز اپنی کارکردگی کے لئے استعمال کرتے ہیں۔ یہ وہ آرگنز ہیں جو چکنائی یا کسی اور چیز کو بطور غذا استعمال نہیں کر سکتے۔ فریکٹوفیوز کو توڑنے کا ایک خاص نظام ہوتا ہے جسے HMP Shunt کہا جاتا ہے یہ تمام آرگنز اسی نظام کے ذریعے ہی توانائی حاصل کرتے ہیں اور ان تینوں غددوں کی کارکردگی کا لب لباب کچھ ہارمونز ہیں جو کہ شہوت کو کنٹرول کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ پروسٹیٹ غدود سے ایک دودھیا (Alkaline) پانی خارج ہوتا ہے جسے Profatil Fluid کہتے ہیں۔ مادہ تولید ہمیشہ اسی پانی کے ہمراہ جسم سے خارج ہوتا ہے کیونکہ اس پانی میں فریکٹوفیوز کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے جو کہ مادہ تولید کے دیر تک زندہ رہنے کا باعث بھی ہوتا ہے۔

مادہ تولید کے جراثیم اسی مرکب سے اپنی غذا حاصل کرتے ہیں۔ شہد کی وجہ سے ہی مادہ تولید گاڑھا ہوتا ہے اور اس میں موجود جرثومے یا سپرمز بھی مقوی و مضبوط ہوتے ہیں جو کہ حمل ٹھہرانے اور حمل شدہ نطفے کی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

شہد کا جمنا ایک قدرتی عمل ہے جس کا انحصار گلوکوز یا فریکٹوفیوز کے تناسب پر ہوتا ہے اصلی شہد جلدی یا بدیر ایک نہ ایک وقت میں ضرور جم جاتا ہے سوائے اس حالت میں کہ اسے یا تو بہت گرم کیا جائے یا جمنے کی صلاحیت کو کسی اور زاویے سے تباہ کر دیا جائے۔ گلوکوز یا فریکٹوفیوز کا تناسب ان پھولوں پر ہوتا ہے جہاں سے شہد کی مکھی رس چوس کر لاتی ہے بعض پھولوں میں مثلاً سرسوں، سورج مکھی وغیرہ میں اس کا تناسب زیادہ ہوتا ہے جس کے نتیجے میں ان فصلوں سے بنا ہوا شہد زیادہ جمتا ہے۔ اسی طرح دوسری فصلوں میں یہ تناسب کم ہوتا ہے جس کی وجہ سے شہد بہت کم یا دیر سے جمتا ہے اس کے علاوہ اس کے جمنے کا ایک سبب خاص درجہ حرارت بھی ہے جس پر اس کے جمنے کے زیادہ امکانات ہوتے ہیں یعنی 10c سے 25c سینٹی گریڈ۔

بین الاقوامی منڈی میں شہد کا جمنا ایک بہت بڑا مسئلہ خیال کیا جاتا ہے جس سے بچنے کے لئے روز نئے نئے طریقے اختیار کئے جاتے ہیں۔ ان میں ایک طریقہ شہد کا گرم کیا جانا بھی ہے اس خاص درجہ حرارت پر جس پر شہد کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا ہے وہ بین الاقوامی درجہ حرارت

Scanned with CamScanner

ساٹھ سے ستر سینٹی گریڈ ہے۔ بشرطیکہ یہ حرارت اسے بیس سے پچیس منٹ سے زیادہ نہ دی جائے۔ لیکن ایسا دنیا میں بہت کم لوگ کرتے ہیں کہ حرارت بڑھنے نہ پائے انہیں تو منڈی میں اپنی ساکھ اور کاروبار کی فکر لاحق ہوتی ہے۔ بعض لوگ تو شہد کو جمنے سے بچانے کے لئے اس میں کئی طرح کی خوشبویات اور رنگ بھی ڈالتے ہیں تاکہ ان کا شہد زیادہ خوشنما دکھائی دے اور کئی لوگ اپنی مشکل کا حل تیزاب سے کرتے ہیں۔ جو کہ کسی طرح سے بھی شہد کی اصلی افادیت کے حق میں مناسب نہیں ہے۔ یاد رہے کہ شہد کو زیادہ گرم کرنے سے اس میں ایک خاص قسم کا زہر پیدا ہو جاتا ہے جسے **HMF** کہا جاتا ہے یہ انسانی جسم کے لئے انتہائی مضر ہوتا ہے۔

امریکہ اور یورپ وغیرہ میں شہد کی پرکھ یا معیار کے کیمیائی طریقے مروج ہیں لیکن ہمارے ہاں انہی پرانے غیر معیاری طریقوں سے اس کی شناخت کی جاتی ہے۔

1 شہد کو روئی پر لگا کر اگر جلایا جائے تو یہ سالم جل جاتا ہے، اگر کھانڈ کا شہد بنایا گیا ہو تو وہ سالم نہیں جلتا بلکہ آخر میں کوئلہ چھوڑ دیتا ہے۔

2 اس کا باریک تار ٹوٹ کر اوپر کی جانب لچکتا ہے۔

3 اسی طرح شہد کو ایک ڈبے میں ڈال کر اس کے پیندے میں ایک سوراخ کر دیجئے اور نیچے ایک پلیٹ رکھ دیجئے اگر شہد آہستہ آہستہ سانپ کی کنڈلی کے مانند بل کھاتا ہوا پلیٹ میں جمع ہو جائے تو یہ شہد اصلی ہے۔

4 اصلی شہد پانی میں ڈالنے پر آسانی سے حل نہیں ہوتا۔ قطرہ قطرہ پانی کے گلاس میں ٹپکایا جائے یہ قطرے پیندے تک سالم چلے جاتے ہیں جبکہ نقلی شہد کا قطرہ پیندے تک پہنچنے سے قبل ہی پانی میں ٹوٹ کر حل ہو جاتا ہے۔ یعنی کہ پانی میں شہد کا قطرہ ڈالنے سے دیر تک حل نہیں ہوتا۔

5 اگر اصلی شہد روٹی پر لگا کر کتے کے آگے ڈالا جائے تو اسے کھانے سے گریز کرتا ہے جبکہ چینی سے بنے ہوئے مصنوعی شہد کو فوراً کھا لیتا ہے۔ (واللہ اعلم)

6 اصلی شہد کھاتے یا چکھتے وقت حلق کے پچھلے حصے میں خفیف سی تلخی محسوس ہوتی ہے۔

7 شہد کی بوند کو اگر جلایا جائے تو اس میں سے چرچری آواز نہیں آتی یا یہ جل کر پڑیوں کی صورت اختیار نہیں کرتی۔

8 شہد تھوڑا سا اپنی ہتھیلی پر لیجئے اور پان میں استعمال ہونے والے بجھے ہوئے چونے کی معمولی سی مقدار اس میں ملا دیجئے۔ اگر شہد خالص ہوگا تو کچھ ہی دیر بعد آپ کی ہتھیلی پر درجہ حرارت میں اضافے کا احساس پیدا ہوگا اور کچھ ہی دیر میں آپ کی ہتھیلی پر سخت جلن ہونا شروع ہو جائے گی۔ شہد کی کچھ قسموں میں جلن کا احساس قدرے کم بھی ہوتا ہے۔

9 شہد کو کسی توے پر رکھ کر اس کے نیچے آنچ تیز کر دیں، تو اگرم ہونے کی صورت میں شہد جلنا شروع ہو جائے گا اور پھر مکمل طور پر جل جائے گا۔ اگر اس کے جلنے کے دوران اس کی اصل رنگت برقرار رہے تو سمجھئے کہ شہد اصل ہے۔ اگر یہ جلتے وقت سفید اور پھر کوئلہ ہو تو یہ نقلی شہد ہوگا۔

یہ سب غیر معیاری طریقے ہیں۔ جیسا کہ بالا بیان کیا گیا ہے کہ اس میں ''نے شکر'' یعنی گنے کی چینی کی مقدار ڈھائی سے تین فیصد تک ہوتی ہے تو فوڈ لیبارٹریز کیمیائی طریقوں سے شکر کی اس مقدار کی فیصد معلوم کرنے کا طریقہ معلوم کر لیں۔

یہ بھی کہا جاتا ہے کہ اگر چینی کے گاڑھے قوام یا چاشنی میں گاجر کا مربہ تیار کیا جائے اور اس میں خاص مناسبت سے لیموں کا ست (**Citric acid**) شامل کر دیا جائے تو پھر گاڑھی چاشنی اور شہد میں تمیز کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ خوشبو ملانے کے لئے اس میں سرسوں کے پھول یا نیم کا بور چھان کر کچھ عرصہ تک محفوظ رکھ لیا جائے تو اس میں شہد کی سی بو پیدا ہو جاتی ہے اور پھر کھانے کے رنگ تو موجود ہی ہیں۔ اس طرح مصنوعی شہد تیار کر لیا جاتا ہے لیکن اس کے باوجود اس میں ایک چیز کی کمی رہ گئی ہے اور وہ ہیں اس میں معلق زرگل کے وہ باریک باریک ذرات۔ جو کہ خوردبینی نگاہ سے نہ صرف دیکھنے میں آتے ہیں بلکہ عام انسانی آنکھ بھی اسے ملاحظہ کر سکتی ہے۔ دراصل زرگل بھی شہد کا ایک اہم غذائی جزو ہوتا ہے لیکن آج کل کے بعض شہد فروش شہد کو گرم کر کے اسے موٹے کپڑے سے چھان لیتے ہیں یا فلٹر کر لیتے ہیں جس سے یہ شہد دیکھنے میں زیادہ شفاف اور خوبصورت دکھائی دیتا ہے لیکن اس میں موجود زرگل بہت کم مقدار میں رہ جاتا ہے۔

ایک خاص درجہ سے زیادہ درجہ حرارت (63 درجہ سینٹی گریڈ) پر شہد کو گرم کرنے سے اس کی تمام غذائی خصوصیات ختم یا ضائع ہو جاتی ہیں۔ شہد کو عرصہ دراز تک ذخیرہ کرنے سے بھی یہ خصوصیات کم ہو جاتی ہیں۔ اس ضمن میں ماہرین کہتے ہیں کہ اس میں موجود (**Hexoses**)

Scanned with CamScanner

میں گرم کرنے اور ذخیرہ کرنے سے اندرونی ٹوٹ پھوٹ کا عمل (Decompose) شروع ہو جاتا ہے۔شہد میں موجود مختلف نامیاتی مادے یا ترشے یا آرگینک ایسڈ اس پر اثر انداز ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور ان سادہ شکریات کو ایک نئے مرکب میں تبدیل کر ڈالتے ہیں جسے عرف عام میں ایچ ایم ایف یعنی ''ہائیڈروکسی میتھائیل فرفرالیلڈی ہائیڈ'' کہا جاتا ہے۔اس مرکب کی معمولی مقدار سو گرام شہد میں 0.6 ملی گرام سے 0.2 ملی گرام تک تازہ شہد میں پائی جاتی ہے اگر یہ مقدار بڑھ کر تین یا چار ملی گرام فی صد تک بھی ہو جائے تو بھی شہد کی غذائیت و افادیت برقرار رہتی ہے لیکن جوں جوں اس کی مقدار گرم کرنے یا ذخیرہ کرنے سے بڑھتی جاتی ہے۔شہد کی شفائی حیثیت ختم ہو کر رہ جاتی ہے۔اگر (H.M.F) کی مقدار فی سو گرام پندرہ ملی گرام تک بڑھ جائے تو ایسا شہد صحت کیلئے درست نہیں ہوتا۔شہد کی ایک خصوصیت یہ بھی ہے کہ پرانا ہونے پر اس کا ذائقہ نمایاں طور پر بدل جاتا ہے اور ساتھ ہی اس کی رنگت میں بھی خرابی آجاتی ہے۔کیا ہمارے ملک میں اس مرکب یعنی ایچ ایم ایف کی قلیل مقدار معلوم کرنے کے کیمیائی طریقے و ذرائع موجود ہیں یا صرف یہ کتابی علم ہی ہے۔

پروفیسر احمد اللہ قریشی اس بارے میں رقم طراز ہیں کہ اصلی شہد کی شناخت معلوم کرنے کا ایک اہم ذریعہ اور بھی موجود ہے جو کہ زیادہ اہم تصدیقی شناخت (Confirmatory test) کہلاتا ہے۔اسی طرح ایک اور آسان شناخت یہ بھی ہے کہ شہد کی بوتل کو 13 سینٹی گریڈ یا اس سے کم درجہ حرارت کے فریج میں رکھ دیا جائے اگر بوتل کے تلے میں مکھی کی شکل کے دانے یا ذرات جمع ہو جائیں تو یہ یقین کر لیجئے کہ یہ شہد بالکل اصلی ہے۔

شیخ الرئیس بو علی سینا کے مطابق شہد ایک قسم کی شبنم غبی ہے جو پھولوں و دوسرے نباتات پر گرتی ہے۔اسے ایک قسم کی نیش دار مکھی چوس کر اپنے چھتے میں کھانے کے واسطے جمع کرتی ہے۔یہ زمین کے بخارات میں جو اوپر کی طرف اٹھ کر ماحول میں فج پا کر پانی بن جاتے ہیں اور رات کو گاڑھے ہو کر شہد کی شکل میں گرتے ہیں جو پھولوں، درخت کے پتوں وغیرہ پر جم جاتے ہیں۔جو عام نظر سے دکھائی دیتے ہیں انہیں انسان جمع کر لیتا ہے جیسے ترنجبین اور شیر خشت اور جو نظر سے مخفی ہوتے ہیں انہیں مکھی چوس لیتی ہے اسی لیے مختلف چیزوں سے حاصل ہونے والا شہد مختلف ہوتا ہے۔اس میں مہال کی مکھی کو بھی دخل حاصل ہے مکھی کے چوسنے کی

وجہ سے اس میں گرمی، جلا اور فج زیادہ ہو جاتا ہے مہال کی مکھی بعض اوقات موسمی پھولوں سے بھی شہد چوستی ہے اس لیے اس قسم کا شہد تیز اور چرپرا ہوتا ہے۔

پرانی مذہبی طبی کتابوں میں بھی لکھا ہے کہ کسی ملک کے شہد میں زہر ہوتا ہے۔جس کا سبب یہ ہے کہ جہاں زہریلے درخت ہوتے ہیں ان کے پھولوں سے جو شہد مہال کی مکھیاں جمع کرتی ہیں اس میں اکثر زہر ہوتا ہے۔

جو شہد چھتے سے ٹپک کر نکلتا ہے وہ بہتر ہوتا ہے اور جو نچوڑنے سے حاصل ہوتا ہے اس میں موم وغیرہ ملا رہنے سے اچھا نہیں ہوتا۔بہترین شہد کی پہچان یہ ہے کہ وہ سرخ، شفاف، گاڑھا اور خوش مزہ اور نہایت میٹھا ہوتا ہے اس میں موم قطعی نہیں ہوتا اور دو انگلیوں کے درمیان اٹھانے سے تار بندھا جاتا ہے یہ دوائے مستعمل ہے۔

دوسرا نمبر سفید رنگ کے شہد کا ہے۔یہ کھانے کے لیے بہتر سمجھا جاتا ہے ربیع کے موسم میں حاصل کیا گیا شہد صیفی موسم والے سے اچھا ہوتا ہے۔جاڑوں میں حاصل کیا ہوا سبز و سیاہ اور پرانا ایک سال سے زائد کا اور تیز و تلخ اور ترش اور اکلاتا ہوا بکسا بدبودار اور بہت رقیق اور بے حد خشک شہد بھی استعمال کے لیے ٹھیک نہیں۔ایک حصہ شہد میں دو حصہ پانی ملا کر اتنا پکائیں کہ ایک حصہ جل جائے اور اس درمیان جھاگ بھی دور کرتے جائیں تو وہ ''ماء العسل'' کہلاتا ہے۔پانی کے بدلہ مناسب عرقیات کا استعمال بھی کیا جاتا ہے یہ ''ماء العسل سادہ'' کہلاتا ہے اگر اس میں مناسب دوائیں بھی شامل کر لی جائیں تو یہ مرکب کہلاتا ہے۔

پرانا اور خراب شہد مضر صحت ہے اور جنون وسوداوی مرض پیدا کرتا ہے۔کوئی چیز شہد میں رکھنے سے خراب نہیں ہوتی۔اگر کوئی مردہ جسم شہد میں ڈبو کر رکھ دیا جائے تو کبھی خراب نہ ہو۔تر میوے بھی اگر شہد میں رکھ دیے جائیں تو چھ ماہ تک خراب نہیں ہوتے اور گوشت تین مہینہ تک خراب نہیں ہو پاتا۔

اطباء نے اس کا مزہ بکسا اور شیریں بتایا ہے اور اس کی چار قسمیں بتائی ہیں۔

1- تیل کے رنگ کا یعنی سنہری جو مزاجاً سرد وخشک ہے۔

2- روغن زرد جیسے رنگ کا یہ گرم خشک و سبک ہے۔

3- سفید وصاف وشفاف اس کو بھرامر کہتے ہیں۔

Scanned with CamScanner

4- جو شہد سیاہ ہوتا ہے اسے لوہے کے رنگ پر ماچھک نام دیا گیا ہے۔

شہد کے استعمال کا تاریخی جائزہ:

زمانہ قدیم میں بھی شہد کو ایک مفید و پاک وطیب چیز خیال کیا جاتا تھا اور بطور دوا اور غذا ہر طریق سے مستعمل تھا۔ لندن کے عجائب خانوں میں مصری فرعونوں کی حنوط شدہ لاشیں محفوظ ہیں جن کو آج تک محفوظ رکھنے میں شہد کا بڑا عمل دخل ہے۔ انہی حنوط شدہ ممیوں میں سے ایک فرعون کی ممی پر شہد کی مکھی کا خاکہ بنا ہوا ہے جس سے یہ اندازہ بخوبی لگایا جاسکتا ہے کہ اس دور میں بھی لوگ شہد کی اہمیت سے پوری طرح آگاہ تھے اور اسے خاص وقعت انگیز نگاہوں سے دیکھا جاتا تھا۔

عظیم و مشہور فاتح سکندر اعظم کے زمانے اور اس سے قبل کے لوگ شہد کے سوا کسی دوسری میٹھی شے سے واقف نہیں تھے۔ اگرچہ بعض کتب قدیمہ میں یہ مذکور ہے کہ سکندر اعظم کے زمانے میں ہی لوگوں کو گنے کی مٹھاس سے واقفیت حاصل ہوئی۔ بعض کتب میں یہاں تک بیان کیا گیا ہے کہ نہ صرف شہد ہی قدیم ترین زمانے میں بطور دوا استعمال کیا جاتا تھا بلکہ لوگ مکھیوں اور موم تک کو علاج و معالجے میں استعمال کرتے تھے۔ ان کے ڈنک سے کئی مرض دور کئے جاتے تھے۔ مردہ مکھیوں کو کر شہد میں ملا کر دکھتی ہوئی آنکھوں میں لگایا جاتا تھا۔ دانتوں کے درد، سوجے ہوئے مسوڑھوں اور ڈھیٹ اور مندمل نہ ہونے والی قسم کے زخموں اور پھوڑوں پر شہد کا لیپ کیا جاتا تھا۔ شہد کو پکا کر پیچش میں استعمال کرایا جاتا تھا۔

معروف یونانی حکیم وفلاسفر جالینوس کا بھی ایک مقولہ مشہور ہے کہ شہد کی مکھیوں کو شہد کے ساتھ کر ایسے سروں پر لیپ کیا جائے جن کے بال گر چکے ہوں تو بال دوبارہ اُگنا شروع ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح مکھی کو تازہ تازہ مار کر اگر پانی میں بھگو کر رکھا جائے اور روزانہ ایک مکھی کھائی جائے، دیوانے کتے کے کاٹے کو آرام آجاتا ہے۔ جلی ہوئی مکھی شہد کی مکھیوں کی راکھ اگر شہد میں ملا کر کھلائی جائے تو آنکھوں کی تمام بیماریوں کو فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ شہد کی مکھیوں کا سفوف سرطان، استسقاء، ضعف بصر اور دماغی خرابیوں کے لئے مفید سمجھا جاتا ہے۔

آٹھویں صدی عیسوی کے ایک مشہور فرانسیسی فاتح کو نقرس کا مرض لاحق ہو گیا اور وہ کسی

طرح ٹھیک ہونے کو نہیں آتا تھا۔ طبیب بھی اس کی حالت پر خاصے پریشان تھے۔ کئی علاج کیے گئے مگر فائدہ کچھ نہ ہوا تو طبیبوں نے اُسے بالآخر شہد کی مکھیوں سے بار بار کٹوایا گیا۔ اس طرح وہ صحت یاب ہو گیا۔

ہندی قدیم مقدس کتب گرنتھوں اور پرانوں میں جن سات سمندروں کا ذکر کیا گیا ہے ان میں ایک سمندر شہد کا بھی بیان کیا گیا ہے۔ نیز پانچ مشہور امرتوں میں سے ایک امرت شہد بھی ہوتا ہے۔ اسی طرح انجیل میں بھی شہد کی افادیت کا ذکر موجود ہے اور یہی وجہ ہے کہ تمام عیسائی دنیا اس کی بے حد قدر کرتی ہے اور آج یورپ میں سب سے زیادہ اور عمدہ شہد پیدا کیا جارہا ہے۔

شہد سے انسان کی محبت ہزاروں سال قدیم ہے۔ جنوبی افریقہ اور اسپین (ہسپانیہ) سے دریافت ہونے والے قدیم ترین پتھروں پر کندہ کی گئی تصاویر سے یہ اندازہ ہوتا ہے کہ پتھر کے دور کا انسان بھی شہد کی تلاش میں درختوں اور چٹانوں کی اونچائی پر چڑھتا تھا جبکہ اسے کوئی خاص سہولت بھی میسر نہیں تھی۔ بعد میں شہد کے حصول کے لئے سیڑھیوں اور الاؤ وغیرہ سے مدد لی جانے لگی۔ قدیم دور میں شہد کے چھتے اتفاقیہ دریافت ہوئے تھے، جب شہد کی مکھیاں کھوکھلے درختوں، تنوں یا مٹی کی ہانڈیوں میں چھتے بناتی تھی لیکن جلد ہی شہد کے چھتوں کے شکاریوں نے ایک نیا طریقہ دریافت کر لیا تھا کہ ملکہ مکھی کو مٹی یا سرکنڈوں کے بنے ہوئے پنجرے یا برتن میں قید کر لیا جائے تو وہ قدرت کی اس شیریں نعمت کی پوری مقدار بآسانی حاصل کر سکتے ہیں۔

قدیم مصری باشندے شہد کے چھتے توڑنے میں ماہر سمجھے جاتے تھے۔ یہ لوگ اپنے مقدس جانوروں کو شہد کے بنے ہوئے کیک کھلایا کرتے تھے۔ مذہبی رسومات اور فرعونوں کی تدفین کے وقت بھی شہد کو مقدس شے کے طور پر استعمال کیا جاتا تھا۔ قدیم یونانی اور رومن باشندے اسے کیک اور روٹیوں میں استعمال کیا کرتے تھے جبکہ فرانسیسی لوگ اس سے اپنی مشہور زمانہ ڈش ''پین ڈی پیز'' تیار کرتے ہیں۔ جرمنی کے باشندے شہد کو اپنی مشہور اور لذیذ ڈش ''لیبکوچن'' بنانے میں استعمال کرتے تھے، اس کے علاوہ وہ میووں، کوکو، چینی کے گاڑھے قوام، مصالحوں اور تربوز میں اسے ملا کر لذیذ ترین پین فورٹ بھی بنایا کرتے تھے۔

آج بھی شہد کو بہت ساری ڈشوں، سلاد اور گوشت میں بطور روغن برتا جاتا ہے۔ برطانیہ

Scanned with CamScanner

میں شہد کے چھتے اتارنا ایک قدیم پیشے کی حیثیت رکھتا ہے۔ برطانیہ کا ایک مشہور مبلغ اور ساحر ڈرونڈا اپنے وطن کو شہد کا جزیرہ کہا کرتا تھا۔ رمیڈ جو کہ شہد سے تیار کیا جاتا ہے، برطانیہ کا قومی مشروب ہے۔ دنیا کے کئی ممالک میں شہد سے ذائقہ بخش اور توانائی کے حامل مشروب تیار کئے جاتے ہیں۔ جن میں ہنی بیئر، ایمبر نیکٹر، ڈریمی اور کرینک وغیرہ شہرت کے حامل ہیں۔

جب ماہرین آثار قدیمہ مصر کے پرانے کھنڈرات میں خصوصاً فراعنۂ مصر کے مقابر کی کھدائی کروا رہے تھے تو وہ ان مقابر میں صافی اور پاک شہد سے بھرا ہوا برتن دیکھ کر دنگ رہ گئے تھے جو کہ لاش کے ایک جانب دھرا گیا تھا۔ اس کے ساتھ کئی اور گراں بہا چیزیں بھی تھی جب تک ماہرین کو تخیط (لاش کو گلنے سڑنے سے محفوظ کرنے) میں شہد کے کردار کا کوئی علم نہیں ہوا، اس وقت تک وہ ورطۂ حیرت میں ہی مبتلا رہے تھے۔ یہ معمّہ برما میں کھلا، وہاں جب تک کاہن کو تجہیز و تکفین کی اُجرت ادا نہیں کر دی جاتی، وہ میت کو شہد سے بھرے حوض میں ڈال کر رکھ دیتا یا اس پر شہد کا لیپ کر دیتا جب وہ اخراجات ادا کر دیتے تو وہ میت سے شہد اتار کر ایک برتن میں محفوظ کر لیتا اور پھر اس کی تجہیز و تکفین کی رسمیں کرتا۔ کہا جاتا ہے کہ برما میں شہد کثیر مقدار میں دستیاب ہوتا ہے اسی لئے برما کا شہد سستا ہوتا ہے۔

لندن کے عجائب گھر میں ایک فرعون کی ممی کے تابوت پر شہد کی مکھی کی تصویر بنی ہوئی ہے۔ ساڑھے تین ہزار سال قبل از مسیح پرانی لاش پر یہ تصویر دیکھ کر اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ اس زمانے میں بھی شہد کی قدر و قیمت اور افادیت کا حامل سمجھا جاتا تھا۔ مصر قدیم کے طبیب بھی شہد کی شفائی کرامتوں سے بخوبی آگاہ تھے۔ صحت انسانی کو برقرار رکھنے اور عمر عزیز کو بڑھانے کے کئے شاہی دسترخوان پر شہد کے پیالے پابندی سے سجائے جاتے تھے۔ ان کو معلوم تھا کہ شہد دافع تعفن ہے لہٰذا وہ میت کو گلنے سڑنے سے بچانے کے لئے شہد کا استعمال کیا کرتے تھے۔ فراعنہ مصر کی لاشوں کو حنوط کرنے کے بعد ان کے مقبروں میں ضروریات زندگی کے تمام اشیاء رکھی جاتی تھی تا کہ نئی زندگی پر انہیں کھانے پینے کی ذرا سی بھی تنگی نہ ہو۔ ماضی قریب میں کھدائی کے دوران ہر مقبرے میں سے شہد کے بڑے بڑے مرتبان برآمد ہوئے تھے۔ سب سے زیادہ حیرانی اس وقت ہوئی جب اس شہد کا مکمل تجزیہ کیا گیا تو یہ معلوم ہوا کہ آٹھ ہزار برس کا عرصہ گذرنے کے بعد بھی آج یہ شہد قابل استعمال تھا۔ اس کا رنگ تو پڑے رہنے سے تبدیل ہو چکا

تھا مگر اس کے خواص، فوائد اور ذائقہ سب ٹھیک تھے۔ دنیا کے قدیم ترین رزمیہ نظموں اور لوک کہانیوں میں جب سورماؤں کو جنگ میں زخم لگتے تھے تو جادوگر ان کے زخموں پر سینکڑوں برس پرانا شہد لگا کر انہیں مندمل کر دیتے تھے۔ قدیم زمانے سے شہد کی افادیت تسلیم کی جا رہی ہے۔

مشہور یونانی طبیب فلاسفر بقراط (Hippocrates) کی عمر ایک سو سات سال تھی اور وہ پابندی سے شہد استعمال کرتا تھا۔ یونان قدیم کے فلسفی اور معالج شہد کو محافظ صحت اور درازی عمر کا مشروب قرار دیتے تھے۔ قدیم برطانوی باشندے بھی شہد کی شراب کے رسیا تھے، اسی بناء پر ان کی عمریں طویل ہوتی تھی۔ ایک اندازے کے مطابق ان کی عمر میں بڑھاپا ہمیشہ ایک سو بیس برس کی عمر میں ہی داخل ہوتا تھا۔ یونانی طبیب جالینوس بھی شہد کو اکثر امراض کی بہترین دوا گردانتا تھا۔ قدیم رگ وید میں بھی اس کی افادیت کے قصے بھرے پڑے ہیں۔

عیسائیوں کی مقدس کتاب انجیل میں اکیس بار شہد کا ذکر آیا ہے۔ ہندو دیومالا میں لکھا ہے کہ بھگوان برہما نے طب کا علم اسنی کمار کو ودیعت کر رکھا تھا اور بعد میں یہ تمام نسخے ''سسٹرت'' میں درج ہوئے جو کہ آیورویدک کی مشہور کتاب ہے۔ اس طب میں شہد کو معدے کی تقویت، رنگ وروپ نکھارنے، خوبصورتی میں اضافہ کرنے والا، زخموں کو مندمل کرنے والا، عقل کو تیزی و چستی نوازنے والا، بھوک بڑھانے والا، خوابیدہ قوتوں کو بیدار کرنے والا، خون کی تیزابیت و فساد کو روکنے ولا، ریح و بادی کو ختم کرنے والا، بلغم کو کم کرنے والا اور آواز کو سریلا کرنے والا بیان کیا گیا ہے۔

پرانے وید صدیوں سے شہد کو فساد خون، بواسیر، جریان، جذام، نسیان، آنکھوں کی بیماریوں اور زہروں کو دور کرنے کے لئے استعمال کرتے آئے ہیں۔ طب یونانی میں بھی شہد کی افادیت نظر آتی ہے۔ مشہور یونانی پہلوان ہرکولیس کے نام سے سب آگاہ ہیں، وہ بھی اپنی توانائی کو برقرار رکھنے کے لئے شہد کا استعمال کرتا تھا۔ اسی طرح بھارت میں رام مورتی بھی اپنی طاقت کا خزانہ و سرچشمہ شہد کو ہی گردانتا تھا۔

یہ بات حقیقت کے بالکل قریب ہے کہ شہد کی افادیت کے بارے میں دنیا کی ہر قوم واقف رہی ہے۔ یونانی، مصری، اشوری، بابلی، کلدانی، رومن، فونیشی ایسی قوموں نے بھی شہد کے بارے میں قصیدے بیان کئے ہیں۔ زمانہ فی تحقیق میں شہد کا اکثر استعمال ان کے ہاں

منعقد ہونے والے مذہبی تہواروں، مذہبی رسومات اور تقریبات میں واضح دکھائی دیتا ہے۔ یہاں تک کہ دیومالائی ادوار میں تو اسے اس قدر اہمیت دی گئی ہے کہ دیوی دیوتاؤں کی نذر کی جانے والی قربانیوں میں شہد کا شامل ہونا ایک لازمی جزو تھا۔ شہد کے بغیر دیوی دیوتا انی کی نذر کو شرف قبولیت نہیں بخشتے تھے اور اسے نہ صرف مایوس لوٹا دیتے بلکہ اکثر اوقات انہیں نامکمل نذر پیش کرنے کے جرم میں الٹا سزا بھی دیا کرتے تھے۔

آثار قدیمہ کے قدیم مصری کھنڈرات سے اور فراعنۂ مصر کے مقبروں کی کھدائی کے دوران کئی مقامات سے شہد سے بھرے قد آور مرتبان اور مٹکے برآمد ہوئے ہیں۔ ان میں موجود شہد اتنا ہی تازہ اور مہک دار تھا جتنا کہ اب ہمیں چھتے سے حاصل ہوتا ہے۔ محققین اس بات پر حیران ہیں اس قدر عرصہ گذر جانے کے باوجود وہ شہد خراب کیوں نہیں ہوا، حالانکہ اب حاصل کیے جانے والا شہد دو تین سال بعد خراب ہو کر ناقابل استعمال ہو جاتا ہے۔ زمانے کے ساتھ ساتھ عام ماحول میں شہد میں کچھ تبدیلیاں بھی نمودار ہوئی ہیں۔ اس کی ہیئت کچھ بدل چکی ہے۔ لہٰذا قیاس یہ ہے کہ مصر کے فرعونوں کے ادوار میں محفوظ کئے گئے شہد کا خشک ماحول اور فضا ہی اس کے زیادہ دیر تک محفوظ رہنے کا باعث ہے اور یہی کیفیت و حالت اس شہد کی بھی پائی گئی ہے جو کہ کریٹ کے کھنڈرات سے برآمد ہوا ہے۔

مصری باشندوں کے ہر شعبہ زندگی میں شہد کی آج بھی بڑی اہمیت ہے جتنی کہ ماضی میں ہوا کرتی تھی۔ یہاں تک کہ شہد کی مکھیوں کا پالنے والا معاشرے کا بڑا معزز فرد سمجھا جاتا تھا اور شہد کی مکھیوں کو پالنا ماضی قدیم میں سب سے مشکل اور عمدہ کام تصور کیا جاتا تھا۔ ان کے بارے میں یہ قیاس کیا جاتا تھا کہ ان کا تعلق براہ راست دیوتاؤں سے ہے یہاں تک کہ کئی جگہ ایسا بھی ثبوت ملا ہے کہ دیوتا لوگ ہی زمین پر اتر کر یہ معزز کاروبار کیا کرتے تھے۔

قدیم چٹانوں میں منقش اور قدیم مقابر میں سے برآمد ہونے والی لوحی تصاویر میں اگرچہ اہرام مصر موجود ہیں، بادشاہوں کے کارنامے ثبت ہیں تو ساتھ ساتھ ایسی شکلیں بھی موجود ہیں جو کہ شہد کی مکھی اور شہد کے کاروبار کی جانب توجہ مبذول کرتی ہیں۔ ان تصاویر میں اکثر شہد پالنے والے افراد کو شہد اکٹھا کرتے ہوئے، شہد سے موم کے ذرات الگ کرتے ہوئے اور شہد کے چھتے اتارتے ہوئے دکھایا گیا ہے۔ کچھ تصاویر ایسی بھی دریافت ہوئیں ہیں کہ شہد نکالنے

والوں کو چھتے کے نیچے دھواں دیتے ہوئے دکھایا گیا ہے تاکہ مکھیاں دھوئیں کی کثافت سے دور بھاگ جائیں اور وہ آسانی سے ان کا بنایا ہوا شہد حاصل کر سکیں۔

مشرق وسطیٰ کی تمام قوموں کا قبل از اسلام یہ عقیدہ تھا کہ صرف شہد کے استعمال سے ہی عمر جاوداں میسر ہو سکتی ہے اور انسان دنیا میں خوش حال اور صحت بخش زندگی گذارنے کا متحمل ہو سکتا ہے۔ ان کی مذہبی رسومات و روایات میں بھی شہد کا بڑا عمل دخل دکھائی دیتا ہے۔ یہ لوگ شہد کو نہ صرف رسمی اور روایتی طور پر بلکہ مذہبی فریضہ سمجھ کر بھی پیدائش سے موت تک استعمال کیا کرتے تھے۔ ان کے نزدیک شہد روح کی طہارت اور پاکیزگی کی خاص علامت تھا۔

مصری دولہاؤں سے یہ توقع کی جاتی تھی کہ وہ اپنی دولہنوں کو شہد فراہم کریں گے اور خاص شادی کی تقریب میں دولہے سے یہ حلف لیا جاتا تھا کہ وہ شادی کے بعد اپنی بیوی کو شہد کی طے کردہ مقدار ضرور دے گا۔ اسی طرح عشق و محبت کی داستانوں میں بھی محبوبہ اپنے عاشق سے شہد کا مطالبہ کرتی تھی کہ وہ اسے کم از کم چوبیس حن شہد ضرور دے تو وہ اس سے شادی کرنے کو تیار ہے۔ (یہ مقدار سولہ کلوگرام کے برابر ہوتی ہے۔)

بنگال میں برہمن دلہن کی پیشانی، ہونٹوں، پلکوں، پپوٹوں اور کان کی لوؤں پر شہد مل دیا کرتے تھے تاکہ ان کے ملاپ کے وقت وہ غیر انسانی چیزوں بھوت پریت وغیرہ سے محفوظ رہ سکیں اور ان کی ازدواجی زندگی دیوتاؤں کے سائے تلے گذرے، دیوتا انہیں آشیر باد دیں اور خوشحالی سے نوازیں۔

مشرق بعید کی کچھ قدیم اقوام میں تو اکثر دلہن کے سینے پر، پستانوں کی ڈنڈیوں پر اور ناف تلے شہد کا لیپ کیا جاتا تھا تاکہ جب اسے حمل ٹھہرے تو اولاد نرینہ پیدا ہو، اور پہلی ہی رات اس کے لئے باعث حمل بنے تاکہ اس کی زرخیزی یقینی ہو جائے۔ جبکہ بہتوں کے لئے شہد منبع غذا ہے اللہ تعالیٰ کا ایک قدرتی عطیہ ہے جس میں کئی طلسمی خواص و فائدے پوشیدہ ہیں۔

مشرق وسطیٰ اور مشرق بعید کے بعض علاقوں میں تو شہد کو بری شہوت انگیز قوتوں کا عامل سمجھا جاتا تھا اور ان کا اعتقاد یہ تھا کہ اگر وہ مذہبی رسومات میں شہد کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں گے تو ان کی عورتیں اور مادہ مویشی زیادہ زرخیز ہو جائیں گے۔ بچوں کی شرح پیدائش میں قابل قدر اضافہ ہوگا اور ان کی خاندانی حلقہء احباب کی شرح دوسروں سے بڑھ جائے گی۔

Scanned with CamScanner

مراکو میں مقیم مور باشندوں کا تو اس بات پر کامل یقین تھا کہ شہد محرک صحبت ہے اور وہ شادی بیاہ کی رسموں میں شہد کا اس قدر کثرت سے استعمال کرتے کہ کھانے والے تھک جاتے تھے، یہی وجہ تھی کہ ان کی ازدواجی رسومات جنسی رنگ رلیوں سے بھرپور ہوا کرتی تھی۔ دولہا اور باراتی بڑی مقدار میں شہد کھاتے تھے۔ اس کے بعد شراب کا دور چلتا حتیٰ کہ وہ شہد سے تیار شدہ کھانا استعمال کرتے تھے۔

صحبت کی محرک ادویات کے بیشتر نسخوں کی جانچ کے نتیجے میں ہمیں جو معلوم ہوتا ہے وہ یہی ہے کہ شہد ان تمام ادویات کا بنیادی رکن کی حیثیت رکھتا ہے یعنی شہوت انگیزی شہد کی ہی مرہون منت ہوتی ہے۔ کچھ عرصہ قبل تک میڈیکل سائنس اور لیبارٹری اس ضمن میں کوئی شہادت فراہم کرنے سے قاصر تھی اور کوئی تحقیق اس امر کو تقویت نہیں دیتی تھی مگر اب اس بات پر سب متفق ہیں کہ شہد میں موجود گلوکوز اور فریکوفیوز کا خاصی مقدار شہوت کے اضافے کا موجب بنتی ہے اور شہد شہوت انگیز قوتوں کا محرک ہے۔

ڈاکٹر بک بورڈنگ نے اپنی ایک تصنیف ''شہد اور آپ کی صحت'' میں اس کی جو تشریح کی تھی وہ کچھ یوں ہے کہ شہد بڑا زود ہضم ہوتا ہے اور بہت جلد توانائی پیدا کرنے کا قدرتی منبع بھی ہے۔ کمی خون کا ایک مریض مناسب غذا کے عدم حصول کے باعث شہد سے وہ تمام فائدے حاصل کر سکتا ہے جو کہ شہد سے بنی ہوئی مقویات میں مضمر ہوتے ہیں۔ اس کے استعمال سے ہی وہ فوراً توانا و تنومند ہو جاتا ہے جیسے اسے ازسرنو توانائی کا کوئی سرچشمہ مل گیا ہو۔ شہد میں کوئی پراسرار باتیں مخفی نہیں ہیں۔ کوئی آدھا بھوکا شخص جس کو خالی پیٹ زود ہضم غذا دی جائے وہ یہی سنسنی محسوس کرے گا جس کا چرچا عرف عام ہے۔ ان تمام باتوں سے علیحدہ کہ شہد محرک جنس ہے یا نہیں کما حقہ کسی فرد کے ان خیالات پر منحصر ہے کہ وہ جنسی جذبات کو کس قدر اپنے اوپر حاوی کرتا ہے۔

مشہور مؤرخ جیلنس شہد کے بارے میں ہماری معلومات کا دائرہ کچھ اور وسیع کرتا ہے جو کہ اس نے اپنے عہد میں دیکھی ہیں یا اپنے بڑوں سے سن رکھی تھی۔ اس کے علاوہ اگر اسے ہم پہلا رپورٹر کہیں، جس نے معروف و واضح الفاظ میں تاریخ کے کئی پنوں کو ہم پر منکشف کر دیا ہے تو یہ بے جا نہیں ہوگا۔ وہ ایک مقام پر لکھتا ہے کہ حضرت یعقوب علیہ السلام نے جو اپنے

بیٹے بنیامین کو مصر روانہ کیا کہ وہ ان کے فرزند حضرت یوسف علیہ السلام کو اپنے باپ کے لئے واپسی اختیار کرنے کا پیام دیں اور ان کے ہمراہ کچھ تحائف بھی روانہ کئے ان میں بہترین پھلوں کے علاوہ بام، مصالحے، لوبان، بادام کے ساتھ ساتھ شہد بھی موجود تھا۔ اسی طرح قوم بنی اسرائیل جس صحرائے سینا میں حضرت موسیٰ علیہ السلام کے ہمراہ آ کر ٹھہری تھی تو وہاں ان کے لئے اللہ تعالیٰ نے من وسلویٰ کے ساتھ شہد کی نہر بھی جاری کی تھی جو کہ ان کی نافرمانی کے باعث خشک کر دی گئی تھی۔ اسی طرح ایک اور جگہ پر وہ رقم کرتا ہے کہ حضرت داؤد علیہ السلام نے اپنے بیٹے حضرت سلیمان علیہ السلام کو ایک خاص نصیحت کی تھی کہ بیٹا! شہد کھاؤ یہ بڑی عمدہ چیز ہے اور شہد کا چھتا بھی جو کہ ذائقے میں شیریں ہے۔

شہرہ آفاق کتاب ''قصص الانبیاء'' میں حضرت شمعون علیہ السلام کا واقعہ مندرج ہے جنہیں یہود و نصاریٰ سیمسون قاضی کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ حضرت شمعون علیہ السلام نہایت طاقتور اور شہ زور تھے وہ اکیلے ہی پورے لشکر پر بھاری ہوا کرتے۔ بنی اسرائیل نے جب نافرمانی کی انتہا کی تو فلسطینی بادشاہ انہیں ہلاک کرنے پر قادر ہو گیا۔ وہ ایک مرتبہ عالم جوانی میں آبادی سے باہر نکلے کہ ان کا سامنا ایک خونخوار شیر سے ہو گیا آپ علیہ السلام نے خالی ہاتھوں سے اسے جہنم رسید کیا اور اپنے مقصد میں روانہ ہو گئے۔ کچھ عرصہ کے بعد اتفاقاً وہاں دوبارہ گذر ہوا تو دیکھا کہ شیر کے خالی پنجر میں شہد کی مکھیوں نے چھتا بنا رکھا ہے۔ آپ نے وہ شہد کا چھتا وہاں سے اتارا اور گھر تشریف لے آئے اس میں کچھ شہد اپنے والدین کی خدمت میں پیش کیا اور باقی ماندہ پوری بستی میں تقسیم کیا اور فرمایا۔

''طاقت ور سے قوت کے خزانے ہی پھوٹتے ہیں''۔

کچھ عرصہ کے بعد اسی جملے کو پہیلی بنا کر آپ نے ایک فلسطینی عالم کو لاجواب کر دیا۔

کچھ لوگ شہد اور حضرت شمعون علیہ السلام کی اس کہانی کو سرے سے ہی غلط قرار دیتے ہیں، ان کی رائے ہے کہ اس کہانی میں متضاد عوامل کو یکجا کیا گیا ہے کہ شہد کی مکھی تو بدبودار اشیاء سے دور بھاگتی ہے اور خصوصاً مردہ اشیاء پر تو کبھی بھی اپنا چھتا تعمیر نہیں کرتی ہیں۔ اگر شیر کو مارا گیا ہوگا تو اس کا گوشت تو استعمال کئے جانے کا ذکر کہیں نہیں ہوا۔ اگر اس کا گوشت نہیں اتارا گیا تو لازمی بات ہے کہ وہ وہیں گل سڑ گیا ہوگا۔ اس میں سے تعفن پھیلا ہوگا اگر اسے گدھ یا

Scanned with CamScanner

جنگلی جانور کھا جائیں تو بھی اس کی مکمل آلائشیں پاک نہیں ہو سکتی ہیں۔ اس معاملے میں الجھنے کا کوئی فائدہ نہیں ہے کیونکہ تاریخ کے کچھ پنوں پر اگر نگاہ دوڑائی جائے تو ہمیں سب کچھ صاف معلوم ہو جاتا ہے کہ یہ واقعہ غلط نہیں ہے خصوصاً فلسطینی قبائل کا رہن سہن اس واقعے کی صداقت کا عکاس ہے، وہ شہد کی مکھیاں پالتے بھی تھے اور انہیں تلاش کرتے تھے، اس دور میں مصنوعی چھتا سازی کا تصور نہیں تھا اس کے لئے وہ عموماً مردہ جانوروں کے پنجر ہی استعمال کرتے تھے ان پنجروں کا وزن کافی ہلکا ہوتا تھا اور انہیں ایک جگہ سے دوسری جگہ لے جانے میں بھی سہولت رہتی تھی۔ یہ خانہ بدوش قبائل اپنے اور مکھیوں کے لئے عمدہ فصلوں اور پھلواڑیوں کی تلاش میں ادھر اُدھر بھٹکتے پھرتے تھے، اس ضمن میں یہ قیاس کیا جا سکتا ہے کہ یہ طریقہ یقیناً انہوں نے بنی اسرائیل سے ہی سیکھا ہوگا۔

قدیم یونانی باشندے بھی شہد کی غذائیت سے بخوبی واقف تھے۔ چھٹی صدی عیسوی کے کئی دانشور اور دانائے راز شہد کو بڑی اہمیت کا حامل مشروب قرار دیتے ہیں۔ آرٹ کے دلدادہ، روح کی تکمیل کے پارکھ اور ان میں وہ دانشور بھی تھے جو کہ یہی سمجھتے تھے کہ شہد کے استعمال سے عمر عزیز میں درازی پیدا ہوتی ہے اور انسان کا شباب سدا قائم رہتا ہے ان میں سے بعض لوگوں نے شہد کو اپنی متوازن غذا بنا لیا تھا کہ اس میں وہ سب کچھ موجود ہے جس کی جسم انسانی کو روزانہ ضرورت ہوتی ہے اور اس کے لگاتار استعمال کے باعث ان کی عمر دوگنی ہو جاتی ہے۔ جسمانی مضبوطی اور طاقت کا سرچشمہ شہد کو ہی قرار دیا جاتا تھا۔ یونانی اتھلیٹس اور کھلاڑی اپنی جسمانی نشوونما اور مضبوطی کے لئے شہد کی کثیر مقدار روزانہ استعمال کیا کرتے تھے۔ ممکن ہے کہ یہی وجہ ہو کہ انہیں حسن و شباب کا نمونہ قرار دیا جاتا ہے۔

مشہور فلاسفر فیثاغورث سب سے پہلا شخص ہے جس نے یہ نظریہ قائم کیا تھا کہ زمین گول ہے اور خلاء میں متحرک ہے، اس نے شہد کے بارے میں یہی کہا ہے کہ یہ مشروب دیوتاؤں کی پسند ہو یا نہ ہو مگر ان کی درازئ عمر کا باعث ضرور ہے۔ شہد کے استعمال سے جسم انسانی کی طاقت دوگنا ہو جاتی ہے اور وہ دیر تک زندہ رہ سکتا ہے۔ روٹی کے ساتھ شہد کھانے کا طریقہ سب سے پہلے اسی نے اختیار کیا تھا اور پھر اپنے شاگردوں کو بھی اسی طریقہ کو اپنانے کی ترغیب دی تھی۔ فیثاغورث کے مکتبۂ فکر کے لوگوں میں دودھ اور شہد کا آمیزہ بڑی پسندیدہ اور رغبت

آمیز غذا سمجھی جاتی تھی۔ لطف کی بات ہے کہ یہی آمیزہ کچھ ہی عرصہ میں دیوتاؤں کی پسندیدہ غذا بن گیا اور ''امبروزیہ'' کے نام سے یونان میں مشہور ہوا۔ رقیق سیال کی صورت میں غذاؤں کا استعمال عموماً ناقص سمجھا جاتا تھا لیکن پھلوں اور سبزیوں کے ساتھ امبروزیہ کا استعمال عام تھا کیونکہ یہ تومندی اور توانائی پیدا کرنے کا ایک عمدہ خزانہ تھا۔ ماسترو نے ایک سو نو سال لمبی عمر پائی لیکن اسی کا ایک شاگرد عمر کے معاملے میں اس سے بھی بازی لے گیا اس کا نام اپالونیس تھا اور وہ ایک سو تیئس برس تک زندہ رہا۔ ان کا کہنا تھا کہ یہ سب امبروزیہ کی ہی بدولت ہوا۔

علم طب کا معروف و ممتاز یونانی ماہر عالم طبعیات بیپوقرطیس جس نے ماضی قریب میں ایٹمی دریافت کی تھی شہد کا بڑا مداح تھا۔ وہ بابائے ادویات بھی کہلاتا ہے، شہد کی درازی عمر کے بارے میں خوب وکالت کرتا ہے اس کا بیان ہے کہ شہد کے مسلسل استعمال سے عمر میں غیر معمولی اضافہ ہوتا ہے یہ دیوتاؤں کے اس قول کا حقیقی آئینہ ہے کہ شہد آب حیات ہے۔ اس کے شہد کے بارے میں ایک مقالے کو سننے کے بعد دوسرے کئی دانشوروں نے بھی شہد سے رجوع کیا تھا۔ اس نے ایک سو دس برس کی عمر پائی لیکن اس قدر طویل عمر ملنے پر وہ خود بھی اکتا گیا تھا۔

اس کے بارے میں مشہور ہے کہ اپنی عمر کے آخری ادوار میں اس نے اپنے خاتمے کے لیے فاقہ کشی شروع کر دی تھی مگر اس کی بیٹیوں کو یہ بات پسند نہ آئی تھی انہوں نے ہر ممکن کوشش کی کہ وہ اپنے اس ارادے سے باز آ جائے۔ انہی دنوں فلورا دیوی کا معروف تہوار تھمپوفوزیا قریب آ رہا تھا، یہ وہ خاص تہوار تھا جس میں یونانی باشندے لگاتار تین دن تک خوشیاں اور جشن برپا کیے رہتے تھے۔ اگر ان ایام میں بیپوقرطیس کی موت واقع ہو جاتی تو یہ تہوار خوشیوں کی بجائے ماتم میں تبدیل ہو جاتا، بیپوقرطیس کی بیٹیوں نے اسے اس امر کا شدید احساس دلایا جس پر اس نے اپنے مرنے کا ارادہ ترک کر دیا اور یہ فیصلہ کیا کہ اس تہوار کے گذرنے کے بعد مرے گا لہٰذا اس نے شہد کا استعمال دوبارہ شروع کر دیا تا کہ کچھ دن مزید زندہ رہے۔

سلطنت روما کے عروج کے دور میں شہد ہر رومن باشندے کی پسندیدہ غذا تھی، وہ اسے اپنی ضیافتوں اور مذہبی رسومات کثرت سے شرف بخشتے تھے۔ قدیم جرائد و رسائل میں یہ تحریر ہے کہ روم کی سلطنت خصوصاً شہنشاہ نیرو کے عہد میں عیاشی و فحاشی اور رنگ رلیوں کی دلدادہ رہی۔ رومنوں کی ضیافتوں میں بڑا ہلہ غلہ برپا ہوتا تھا، کھانے کے بجائے ہوا میں اچھال کر بڑی

Scanned with CamScanner

بے دردی سے غذا کو ضائع کیا جاتا تھا، ماکولات و مشروبات کی بہتات ہوتی تھی، شہد کو جسم پر مل کر طوفان بدتمیزی مچایا جاتا تھا۔ شراب اس قدر پی جاتی کہ بدمستی میں تصادم ہو جاتا نوبت قتل وغارت تک جا پہنچتی۔ رومی اور یونانی باشندے شہد کی مٹھائیاں بناتے تھے اور اسے شراب میں بھی ملا کر پیا کرتے تھے۔

دور قدیم میں سلطنت رومہ شہد کی سب سے بڑی ملکی صنعت ہوا کرتی تھی جہاں سے شہد ملک کے دوسرے حصوں اور بیرون ملکوں برآمد بھی کیا جاتا تھا۔ شہد کی مکھیاں پالنا اس سرزمین پر منافع بخش کاروبار سمجھا جاتا تھا۔ شہد کی مکھیاں پالنے والے اس دور میں معزز اور صاحب متمول لوگ ہوا کرتے تھے۔ لوگ عمدہ شہد کے لئے نت نئے طریقے وضع کرتے اور ایک دوسرے کے فارموں سے شہد کے نمونے لے کر انہیں اپنے فارموں میں شہد کی مکھیوں کو بطور غذا استعمال کراتے۔ اس امر میں کسی شک کی گنجائش نہیں ہے کہ رومن اور یونانی باشندوں کی اکثریت شہد کی دلدادہ تھی۔ یہ لوگ ہر موسم کے پھلوں کا شہد اکٹھا کرتے اور اسے خاص وقت کے لئے محفوظ کر لیتے تھے اور جب ان پھلوں کا موسم نہ ہوتا تو اسے دل کھول کر استعمال کرتے اور ان پھلوں کا ذائقہ لیتے حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں ہوتی ہے۔

مشہور عالم و مؤرخ پلائینی کے دور میں پومپائی شہر میں آتش فشانی پہاڑ ویسوس کے پھٹنے سے یہ پورا شہر ہی تباہ ہو گیا جس پر پلائینی کا دل بے حد مغموم ہوا۔ وہ اپنا وطن چھوڑ کر دنیا کی سیر پر نکل کھڑا ہوا۔ یہ دور اس لئے بھی زیادہ اہمیت کا حامل ہے اسی دور میں بنی نوح انسان کو شہد کی ادویہ اور غذائی اقدار کے بارے میں بہت کچھ معلوم ہوا تھا اور شہد کی حقیقی افادیت کھل کر سامنے آئی تھی۔ پلائینی کو یقین کامل تھا کہ شہد کو اپنی روزمرہ کی خوراک بنا کر انسان ایک طویل عرصے تک زندہ رہ سکتا ہے اور اپنی دیرینہ خواہشات کو بخوبی پورا کر سکتا ہے۔ اس کے علاوہ اس کی صحت بھی اچھی رہتی ہے اور وہ چلتے پھرتے اس دنیا سے گذر جاتا ہے یہ موت اس موت سے کہیں بہتر تھی جس میں سسک سسک کر جینا مرنے سے کم نہیں ہوتا ہے۔

پلائینی اپنی کتاب نیچرل ہسٹری آف دی ورلڈ کے لئے مختلف علاقوں سے مواد جمع کرتا رہا تاکہ آنے والی نسلیں بغیر سفر کے ہی دنیا کے بارے میں وہ سب کچھ جان لیں جو کہ وہ اپنے شہر میں رہ کر نہیں سیکھ سکتے تھے۔ دوران سفر اس نے بحیرہ روم کے گرد طویل چکر لگایا افریقہ،

برطانیہ، اسپین اور دیگر ممالک کے رسم و رواج کا نہایت باریک بینی سے مشاہدہ کیا اور وہاں کی غذاؤں کے اچھی طرح جانچا۔ اٹلی کے شمالی علاقوں کی گرد آوری کے دوران اس نے دریائے پاؤ اور دریائے اپی نیس کے درمیانی علاقے کے باشندوں کو بھی دیکھا یہ لوگ حیرت انگیز طور پر طویل عمر کے حامل تھے۔ انہوں نے ایک ایسی انجمن تشکیل دی تھی جس کے سب لوگ عمر رسیدہ ہوتے تھے وہ روزانہ شہد کی بڑی مقدار استعمال کرتے تھے۔ انہی ارکان میں سے کچھ نے تو باقاعدہ شہد کی مکھیوں کے فارم بھی بنا رکھے تھے۔

پلائینی کی یہ تصنیف نیچرل ہسٹری آف دی ورلڈ سات جلدوں پر مشتمل ہے اس میں وہ ان لوگوں کے بارے میں لکھتا ہے کہ اس انجمن کے اراکین میں سے ہر ایک کی عمر سو سال سے زیادہ تھی اور ان کے سربراہ بوڑھے کی عمر ایک سو پینتیس برس تھی۔ پلائینی جب سفر کرتا ہوا برطانیہ پہنچا تو اس نے دیکھ کہ جزائر غرب الہند کے باشندوں نے بڑی مقدار میں شہد شراب میں ملا رکھا تھا وہ اسے روزانہ کشید کیا کرتے اور پرانا ہونے کے لئے رکھ دیتے۔ جب رومنوں نے یہ علاقے فتح کئے تو اس دور میں یہ جزائر ہنی آئل آف بلی کہلاتے تھے۔ اس نام کی بڑی وجہ یہی تھی کہ یہاں کے لوگ بڑی مقدار میں شہد پیدا اور استعمال کیا کرتے تھے۔ یہ معاملہ صرف شہروں تک محدود تھا، شہد کی ایک بڑی مقدار وہاں کے جنگلوں میں پائے جانے والے چھتوں سے بھی حاصل کی جاتی تھی۔

برطانیہ میں عیسائیت کے ابتدائی مرکز نے لوگوں میں شہد کی مکھیاں پالنے اور شہد کو بطور صنعت بنانے کی ترغیب دی تھی، شائد یہی وجہ ہے کہ کلیسیا وہاں اپنے قدم جما سکی تھی۔ کلیسیاؤں، خانقاہوں اور گرجا گھروں میں شہد کی مکھیاں پالنے کے بارے میں باقاعدہ کلاسیں منعقد کی جاتی اور لوگوں میں شہد کی مکھیوں کے بارے میں شعور دیا جاتا تھا۔ اس انداز میں عیسائیت نے اپنا بڑا پرچار کیا کہ شہد کی مکھیاں پالنا آمدنی اور خود کفالتی کا ایک بڑا ذریعہ ہے اور یہ سب حضرت مسیح علیہ السلام کی خاص کرشمہ سازی ہے۔

مسیحی کلیسا کی اس مہم میں اس شک و شبہ کی ذرا سی گنجائش نہیں ہے کہ قدیم زمانے میں لوگوں میں فکر معاش عام تھا اور وہ شہد کی مکھیوں کے ذریعے خوراک اور مشروبات نہ صرف اپنے لئے بنا سکتے تھے بلکہ اسے عالمی منڈی میں فروخت کر کے روپیہ بھی کما سکتے تھے۔ ان کے کئی

Scanned with CamScanner

مسائل کا حل انہیں مل رہا تھا تو وہ کیوں نہ میسحیت کی گود میں جا گرتے؟ یہ حقیقت ہے کہ قدیم زمانے سے ہی انسان شہد کی مکھیوں کے چھتوں سے موم اور شہد حاصل کر رہا ہے اور اپنی ضروریات زندگی کو اس نعمت سے پورا کر رہا ہے۔

دنیا کی شہرہ آفاق کتاب یوم الحساب میں بھی ایسی دستاویزات موجود ہیں جن سے ہمیں یہ معلوم ہوتا ہے کہ شہنشاہوں نے شہد اور موم کی صورت میں خراج لیا ہے، چھوٹے جاگیرداروں نے ایک طویل عرصہ تک شہد کو اپنی سلامتی کا ذریعہ بنائے رکھا۔ برطانیہ کے فیوڈل نظام کے تحت امراء و وزراء خراج کی وصولی کے ذمہ دار ہوتے تھے وہ شہد کی پیداوار کو یکجا کر کے اس میں سے اپنے بادشاہ کا حصہ الگ کر لیتے۔ کلیسائی تحریروں میں جا بجا ایسے حوالے موجود ہیں جن سے مترشح ہے کہ شہد کا مسلسل استعمال کے باعث برطانیہ کے لوگوں کی نہ صرف عمریں ہی طویل ہوتی تھیں بلکہ ان کی قوت باصرہ بھی حیرت انگیز طور پر آخری عمر تک برقرار رہتی تھی۔ کلیسائی حوالہ جات کے مطابق ایک شخص تھامس بار جو کہ غرب الشائر کا باشندہ تھا شہد کے مسلسل استعمال کے باعث ایک سو باون سال تک زندہ رہا، اس کے بارے میں مشہور ہے کہ اس نے ایک سو دو سال کی عمر میں برطانوی خاتون کیتھرائن ملٹن سے شادی رچائی اور اس سے ایک بچہ بھی پیدا ہوا۔ تھامس بار روزانہ شہد سے کشید کی گئی شراب کی کئی بوتلیں خالی کرتا تھا۔

ماضی قریب کی دنیا کی دوسری بڑی طاقت روس کی اکثر دستاویزات میں بھی ایسے واقعات موجود ہیں جو کہ کئی ایسے لوگوں کی نشاندہی کرتے ہیں جنہوں نے اسی برس سے زائد عمر پائی تھی، ان میں سے بیشتر لوگ شہد کی مکھیوں کے پالنے والے تھے اور ان میں کچھ لوگ انہی لوگوں کے قریبی دوست یا رشتہ دار تھے۔ شہد کی مکھیاں پالنے والے ایسے ہی ایک شخص ایکروف او گلے کے اعزاز میں رومیوں نے ڈاک کے یادگاری ٹکٹ بھی جاری کئے تھے، اس شخص نے حیرت انگیز طور پر ایک سو اڑتالیس برس کی عمر پائی تھی۔ وہ اپنی طویل عمری کا راز یہ بیان کرتا ہے کہ وہ اپنے فارم پر شہد کو جب بوتلوں میں بھرتا تھا تو بڑے برتن میں بچ جانے والے شہد کو انگلیوں سے چاٹ جایا کرتا تھا یہ شہد عموماً میلا ہوتا تھا کیونکہ بڑے برتن میں شہد ڈالنے سے زیرہ گل اور موم تہہ میں بیٹھ جاتا تھا، وہ اوپر سے صاف و شفاف شہد نتھار کر بوتلوں میں بھر دیا کرتا اور بقیہ بچ جانے والا کثیف شہد خود استعمال کیا کرتا تھا۔

اگرچہ رومن اور یونانی دیو مالاؤں کی اساطیری روایات میں شہد کے بارے میں بہت کچھ بیان کیا گیا ہے جس کی تفصیل کو اگر یہاں بیان کیا جائے تو کئی سو صفحات اس کی نذر ہو جائیں گے۔ ہم یہ بات تاریخ کے مطالعے سے بخوبی جان سکتے ہیں کہ زمانہ قدیم میں دنیا کی بڑی بڑی تہذیبوں اور تمدنوں کے دامن میں شہد کی حیرت انگیز داستانیں اور کرشمہ سازیاں موجود ہیں۔ شہد کی مکھیوں کا پالنے کا رواج تسلط مشرق بعید سے لے کر انتہائی مغربی کنارے تک عام تھا۔ حالات کے تبدل و ارتقاء کے باعث انسان مختلف علاقوں میں جا بسا اور ہمراہ یہی داستانیں اور رسوم و رواج لے گیا۔

بہت سے لوگ اس ضمن میں یقین رکھتے ہیں کہ عہد عتیق میں سرزمین ہند بھی شہد کا گہوارہ رہی ہوگی۔ لوگوں کا یہ یقین حقیقت کے بالکل قریب ہے کہ زمانہ قدیم کی ہندی کتب میں شہد کا جا بجا ذکر موجود ہے۔ رگ وید میں شہد کے ذریعے کئی بیماریوں کا علاج رقم ہے۔ یہ وید دو سو تین سال قبل از مسیح میں مرتب کئے گئے تھے۔

ہلڈارینسم اپنی ایک گراں قدر تصنیف ''دی ہولی ہنی بی (The Holy Hony Bee)'' میں لکھتی ہے کہ رگ وید اس وقت میں لکھا گیا جب آریا قوم ابھی ہندوستان میں وارد نہیں ہوئی تھی۔ رگ وید میں موجود سنسکرت زبان خالص زبان ہے اس میں ہندی سرزمین کے حروف شامل نہیں ہیں بلکہ ان میں ایرانی الفاظ کی کئی مثالیں ملتی ہیں اس سے یہی ظاہر ہوتا ہے کہ رگ وید آریا قوم میں ہند میں آمد سے قبل موجود تھا یا انتہائی ابتدائی زمانے میں لکھا گیا تھا۔ ایرانی زبان کی بہت سی تشریحات ان کے اساطیری ادب اور دیو مالائی روایات میں موجود ہیں۔ سنسکرت زبان میں شہد کو مادھو کہا جاتا ہے، یہ لفظ زبان کی ساخت سے یونانی لفظ میتھو اور اینگلو سکیسن لفظ میڈیو سے ملتا جلتا ہے۔

ہندو دیو مالائی پشتوں میں یہ موجود ہے وشنو مہاراج، سری کرشن اور اندر دیوتا مادھوا کہلاتے تھے جس کا مطلب یہ ہے کہ پھولوں کے مدھ یعنی نکتار سے جنم لینے والا۔ ہندو دیو مالا میں وشنو مہارج کا تشخص نیلی مکھی کی صورت میں پیش کیا گیا ہے جو کہ سورگ میں موجود ایک بڑی جھیل میں واحد اگنے والے کنول کے پھول پر بیٹھی ہوئی ہے۔ اسی طرح سری کرشن کو اس نیلی مکھی سے متشکل کیا گیا ہے جو کہ وشنو مہاراج کے ماتھے پر بیٹھی ہوئی ہے۔ تقریباً ہزار برس

Scanned with CamScanner

قبل مسیح ہندوستان میں ذات پات کا نظام رائج کیا گیا تھا منوسمرتی کے قوانین کے مطابق کوئی برہمن دیگر ذاتوں سے افضل تھا۔ وہ شہد یا موم کی تجارت نہیں کر سکتا تھا اگر وہ ایسا کرتا تو اس کی گوت بدل جاتی اور وہ ملیچھ بن جاتا اور لوگ اسے اچھوت خیال کرنے لگتے۔ ہندوؤں میں شہد کی چوری بڑی شرمناک حرکت تھی اگر کوئی فرد شہد چراتا تو اس کے بارے میں یہ خیال کیا جاتا کہ وہ اگلے جنم میں چمگاڈر بن جائے گا اور اسے مکتی (نجات) حاصل نہیں ہوگی۔ اسی طرح اگر کوئی برہمن دیوتا کے چڑھاوے کا شہد چکھ لیتا تو اسے قوانین کے تحت تین دن کا فاقہ کرنا پڑتا اور صرف پانی پر زندہ رہنا ہوتا تھا۔

اہل ہند میں اب بھی یہ رواج موجود ہے کہ جب کوئی بچہ پیدا ہوتا ہے تو اس شہد چٹایا جاتا ہے۔ اسی طرح شہد کے متعلق بے شمار نسخے موجود ہیں جو کہ نومولود کی پرورش کے دوران استعمال کرائے جاتے ہیں۔ اہل ہند کا یہ عقیدہ ہے کہ اس طرح ان کے دیوتا بچے کو ہر طرح کی آفات اور بیماریوں سے محفوظ رکھتے ہیں اور اس بچے کی عمر سو سال سے بھی طویل کریں گے۔

اہل ہند کے شادی بیاہ کے رواج اور مذہبی رسومات میں شہد ایک بڑا اہم کردار ادا کرتا ہے، نیا دولہا جب پہلی مرتبہ دلہن کے گھر میں وارد ہوتا ہے تو اسے شہد کا بھرا پیالہ پیش کیا جاتا ہے۔ حجلہ عروسی میں دولہا جب اپنی دولہن کو چومتا ہے تو بار بار اس کی زبان اس منتر کا جاپ کرتی ہے۔

"یہ ناری شہد ہے، اس کی آواز میں شہد ہے، اس کے دہن شیریں میں
شہد ہے۔ شہد جو دیوتاؤں نے اسے بخش دیا ہے تاکہ وہ اس انعام پر مسرور ہو
کر ساری عمر اس کا مطیع و فرمانبردار رہے"۔

اہل ہند میں یہ خیال عام کیا جاتا تھا کہ اگر شہد کی مکھیوں کا مہال ان کے گھر میں گھس جائے یا بسیرا کرلے تو ان کے لئے یہ بدشگونی کی علامت ہے۔ اسی طرح خوابوں کی تعبیر کرتے ہوئے برہمن شہد کی مکھیوں سے متعلق ہر خواب کو بدبختی کی علامت قرار دیتے تھے، وہ شہد کی مکھیوں کو گھر میں بسیرا کرنے یا ڈنک مارنے والے خواب دیکھنے کو موت سے تعبیر کرتے تھے۔

یہودیوں کے قدیم عقائد کے مطابق فلسطین میں جہاں دودھ اور شہد کی نہریں کسی دور میں بہا کرتی تھی، پیدائش قبل از مسیح سے پہلے اسرائیلوں میں شہد کی مکھیاں پالنا ہر دلعزیز مشغلہ و پیشہ تھا۔ یہودیوں کی مذہبی کتب میں جابجا شہد کے بارے میں ذکر پایا جاتا ہے۔ یہودیوں کی مقدس

کتاب "بابلی تالموذ" میں شہد کی مکھیاں پالنے کے بارے میں فوائد وضوابط بھی موجود ہیں۔

قدیم زمانے میں اطالیہ کے شہر گریس میں چپے چپے پر شہد کے چھتے لگائے گئے تھے۔ ہیمٹس اور روزہیمن نامی دو قسم کے شہد یہاں کی خاص سوغات سمجھے جاتے تھے جنہیں بیرونی علاقوں کے لوگ حاصل کرنے کے لئے اکثر یہاں آیا کرتے تھے۔ گریس کے اساطیری ادب اور دیومالا میں شہد کے تذکرے عام ملتے ہیں، یونان کے معروف نابینا رزمیہ شاعر ہیومر کی شہرہ آفاق نظم ایلیڈ میں بھی شہد کے بارے میں ذکر پایا جاتا ہے۔

یونانی دیومالا کا مشہور جنگجو اچیلیس اپنے ایک دوست پطروقلیس کی لاش کے پاس جب آتا تو حکم دیتا ہے کہ زیتون کا تیل اور شہد اس کی لاش کے تابوت میں زیادہ سے زیادہ ڈالا جائے کیونکہ میرا یہ دوست زندگی میں ان دونوں اشیاء کا بڑا شائق تھا۔ یہ دونوں اشیاء اسے دوسری دنیا میں بھی میسر ہونا چاہئیں۔

• قدیم اٹلی کے شہر گریس کا شہد اس قدر مقبول تھا کہ لوگ دور دور سے آکر اسے خریدتے تھے خصوصاً لاشیں حنوط کرنے والے سوداگر اور کاریگر ہر مقام پر جاتے اور وہاں سے جس قدر بھی ہوتا شہد خریدتے۔ یونانی و مصری حدود سے باہر مرنے والے لوگوں کو شہد کا حصول بڑا مشکل ہوتا تھا۔ گریس کی تجارت نے ان کی یہ مشکل آسان کردی تھی۔ عالمی فاتح بادشاہ سکندر اعظم اور سیارٹہ کے شہنشاہ اگسی پولوس کی لاش بھی شہد میں حنوط کر کے محفوظ کی گئی تھی۔

یونانی دیومالا کی ایک داستان میں کائنات کا خالق زیوس دیوتا کا باپ کرونوس عہد زریں میں کوہ اولمپس پر حکمران تھا۔ اس کے بارے میں فلورا دیوی کے ایک پیشین گوئی کر رکھی تھی کہ اس کا بیٹا اسے ایک دن قتل کردے گا۔ کرونوس دیوتا نے اپنی جان کو بچانے کے لئے حفظ ماتقدم ہر پیدا ہونے والے نومولود کو کھانا شروع کردیا۔ اس کی بیوی ربہ نے باری باری پانچ بچے جنے جنہیں موقع پا کر کرونوس کھا گیا۔ بالآخر اس کی بیوی نے تنگ آکر چھٹا بچہ جب پیدا کیا تو اپنے شوہر سے اسے بچانے کے لئے پالنے میں خالی کپڑا یونہی لپیٹ کر رکھ دیا جسے کرونوس بچہ سمجھ کر کھا گیا اور وہاں سے لوٹ گیا۔ ربہ نے اس بچے کو جزیرہ کریٹ میں واقع کوہ ڈکٹی کے ایک غار میں چھپا دیا جہاں شہد کی مکھیوں کا چھتا لگا ہوا تھا۔ اس بچے کو زیوس کا نام دیا گیا جس کے لفظی معنی شہد کھانے والے کے ہیں۔ وہ بچہ وہیں لیٹا رہا شہد اس کے منہ میں گرتا رہا اور اس کی

Scanned with CamScanner

پرورش ہوتی رہی۔ ربہ کی ایک سہیلی الیکڈر دیوی نے نومولود بچے کی پرورش کے لئے وہاں ایک بکری پہنچا دی جو کہ اسے روزانہ دودھ پلاتی تھی۔ اس بکری کا نام امالیتھا تھا۔ اس غار کی حفاظت کا خاص طور پر اہتمام کیا گیا جو محافظ وہاں تعینات کئے گئے انہیں کوریٹیس کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔

جب وہ نومولود بچہ روتا تو وہ سپاہی اپنے ہتھیار کھنکھٹانے لگتے جس کے بے ہنگم شور سے بچے کے رونے کی آواز دب جاتی۔ اس سب معاملے کا ظہور میں لانا صرف اسی بات کا مظہر تھا کہ کہیں کرونوس دیوتا کو بچے کی موجودگی کا علم نہ ہو جائے۔ اسی طرح زیوس دیوتا پروان چڑھا اور پھر ایک دن وہ انہیں محافظوں کی مدد سے کرونوس دیوتا کے خلاف اُٹھ کھڑا ہوا اور اسے قتل کر کے کوہ اولمپس کے دیوتاؤں کا حکمران بن گیا۔

یونانی دیو مالا میں میوزز کا ذکر بھی موجود ہے جنہیں زیوس دیوتا کی بیٹیاں کہا گیا ہے وہ ایسے شخص کی تلاش میں رہتی تھی جو کہ خطابت وخوش الحانی سے بہرہ ور ہوتا، وہ ایسے شخص کو پا کر اپنی پالی ہوئی شہد کی مکھیوں کو اس کے پاس بھیجتیں کہ وہ اس کے دہن کی شیرینی چوسیں اور عمدہ قسم کا شہد تیار کریں۔

اسی طرح کی ایک اور کہانی یونانی دیو مالا میں پائی جاتی ہے جس میں ایک نوجوان پنڈارتھس پی کی جانب سفر کر رہا تھا کہ راستے میں سورج کی تپش وتمازت سے وہ گھبرا گیا اور سورج ڈھلنے تک انتظار کی نیت سے ایک برگد کے درخت کے تلے لیٹ گیا اسی دوران اسے نیند آ گئی۔ میوزز کی نظر اس پر پڑی تو وہ اس کے حسن سے بے حد مسحور ہوئیں انہوں نے اپنی شہد کی مکھیاں اس کی جانب بھیجیں کہ اس کے ہونٹوں کا اپنا لمس دیں، شہد کی مکھیوں نے اس کے ہونٹوں پر شہد مل دیا۔ وہ نوجوان جب اُٹھا تو اسے گلے میں سُروں کی جھنکار محسوس ہوئی اس نے ترنگ میں آ کر جب گانا شروع کیا تو کائنات کی سب اشیاء مبہوت رہ گئیں، کوہ اولمپس کے سب دیوتا اپنے کام چھوڑ کر اس کا گیت سننے میں مشغول ہو گئے۔ اسی طرح یونانی باشندوں کا اعتقاد ہے کہ لیوکان، افلاطون اور سوفوکیس کے ہونٹوں پر بھی میوزز کی پالتو شہد کی مکھیوں نے بچپن میں ہی شہد لگا دیا تھا۔

تھیوکرائیٹس ایک چرواہے کرمائس کا ذکر کرتے ہوئے لکھتا ہے کہ اس نے اپنے مالک

کی ایک بکری بلا اجازت میوزز کو دے دی تو اس کے مالک نے ناراض ہو کر اسے ایک پنجرے میں بند کر کے دور ویرانے میں چھوڑ دیا۔ کرمائس اس صورت حال میں بے حد پریشان ہوا تو میوزز نے اسے شہد کی صورت میں تمام عرصہ خوراک مہیا کی۔ وہ کمزور ہونے کے بجائے مزید ہٹا کٹا ہو گیا۔ ایک سال کے بعد جب اس کے مالک کو کسی معاملے میں اس پنجرے کی حاجت ہوئی تو وہ پنجرہ لینے کے لئے وہاں آیا کرمائس کو زندہ سلامت دیکھ کر وہ دنگ رہ گیا۔ اس کے خیال میں وہ کب کا مر کھپ چکا ہو گا اور اس کے پنجر کو پنجرے سے نکالنا پڑے گا۔

ایک اور مشہور واقعہ یونان کی تاریخی دیو مالا کا حصہ ہے ایک لائبریرین کا بیٹا گلاکس ایک دن اپنی گیند سے کھیلتا ہوا بڑے شہد کے جار میں جا گرا، رات ہونے پر اس کے ماں باپ نے اسے ادھر اُدھر بہتیرا ڈھونڈا مگر وہ کہیں نہ ملا اسی پریشانی کے عالم میں انہوں نے اپالو دیوتا سے رجوع کیا کہ ان کا بیٹا تلاش کر کے دیا جائے۔ اپالو دیوتا نے ان کی بات سن کر کہا کہ ایک عجیب الخلقت انسان تم میں پیدا ہو گا اور وہی تمہارے بچے کے بارے میں تمہیں آگاہ کرے گا۔ یونان کے دارالاستخانہ میں یہ دیوبانی یعنی ندائے غائب سن کر لڑکے کے باپ مینوس اپنے لوگوں میں اس عجیب الخلقت انسان کو تلاش کرنے لگا۔ اسی طرح کچھ عرصہ گذر گیا گلاکس کا باپ مینوس ایسے انسان کے بارے میں معلومات حاصل کرتا رہتا۔ اسی دوران اسے خبر ملی کہ ایک عجیب وغریب بچھڑا پیدا ہوا جو ہر چار گھنٹے کے بعد دن میں تین مرتبہ رنگ بدلتا رہتا ہے، پہلے سفید، پھر کالا اور آخر میں سرخ ہو جاتا ہے۔ مینوس نے بڑی کوشش کی مگر وہ کوئی رائے قائم نہ کر سکا اس ضمن میں اس نے فال نکالنے والے، پیشین گو اور رمال کے ماہر لوگوں کو بھی بلایا مگر اسے کچھ بھی نہ حاصل ہوا وہ بچھڑے کے معمے کا بھی حل نکالنے میں ناکام رہا۔ اسی دوران اس کے پاس کاریولینڈس کا ایک بیٹا کیرنا سی پولیڈس آیا اور اس نے اس پہیلی کو حل کرنے کا ذمہ لیا۔ اس نے اس بچھڑے کو شہتوت کے ایک پیڑ سے باندھ دیا اور خود اس کے پاس بیٹھ گیا، کئی دن اسی کے پاس گذر گئے مگر معمہ وہیں کا وہیں رہا۔ روزانہ مینوس اس کے پاس آتا اور دریافت کرتا مگر اس کی ناکامی کا سن کر مایوس لوٹ جاتا۔ ایک دن پولیڈس نے دیکھا کہ پیڑ پر ایک الو بیٹھا ہوا ہے جس پر شہد کی مکھیاں بار بار حملہ آور ہوتی ہیں مگر وہ اپنے پروں کو پھڑ پھڑا کر انہیں دور بھگا دیتا ہے مگر اس کی صورت سے صاف دکھائی دیتا تھا کہ وہ شہد کی مکھیوں سے خوفزدہ ہے۔ پولیڈس کے لئے یہ معاملہ بے حد

Scanned with CamScanner

خوشگوار ثابت ہوا وہ بچھڑے کی پہیلی جان گیا تھا گلاکس کی گمشدگی کا معمہ اس پر کھل گیا تھا وہ سرعت رفتاری سے واپس آیا اور مینوس کے سامنے شہد کے جار سے گلاکس کی لاش نکال کر سامنے رکھ دی۔ مینوس نے جب اپنے بچے کی لاش دیکھی تو وہ بڑا افسردہ و مضطرب ہوا۔ اس نے اپالو دیوتا کے فرمان کے مطابق اس نوجوان پولیڈس کو خاص سمجھ لیا تھا اسی لئے اس نے پولیڈس سے یہ مطالبہ کیا کہ اگر اس نے اس کے بچے کو ڈھونڈ لیا ہے تو اسے زندہ بھی کر کے دے۔ پولیڈس کے لئے نئی صورتحال بڑی تشویش ناک تھی کیونکہ اسے موت سے دوبارہ زندگی دلانے کا کوئی راز معلوم نہیں تھا وہ اس مطالبے پر عجیب مخمصے کا شکار ہو گیا تھا۔ مینوس نے اسے دھمکی دی کہ اگر اس نے اس کا بیٹا زندہ نہیں کیا تو وہ شہنشاہ سے شکایت کرے گا اور اسے اپنے بچے کے قتل کی سزا دلوائے گا۔ پولیڈس نے ایک ناممکن امر کو قبول کرنے سے صاف انکار کر دیا جس پر مینوس مشتعل ہو گیا اور اسے لاش کے ہمراہ ایک بڑے مقبرے میں بند کر دیا۔ اس نے اس موقعے پر کہا اگر میرا بیٹا زندہ کرو گے تو باہر آسکو گے ورنہ اسی کے ساتھ تمہیں بھی اندر مرنا ہوگا۔ پولیڈس نے رو رو کر اپالو دیوتا کو پکارا کہ وہ اس کی مدد کرے۔ تیسرے دن ایک سانپ کسی بل میں سے وہاں آنکلا اور لاش کی جانب بڑھا۔ پولیڈس یہ سمجھا کہ وہ لاش کھانا چاہتا ہے لہٰذا اسے نے ایک پتھر سے اس سے ہلاک کر دیا۔ تھوڑی دیر بعد ایک اور سانپ اس کی تلاش میں ادھر آیا اس نے جب اپنے جوڑی دار کو مردہ دیکھا تو واپس ہو گیا پولیڈس ایک طرف بیٹھا یہ ماجرا دیکھتا رہا۔ کچھ دیر کے بعد وہ سانپ دوبارہ نمودار ہوا اس کے منہ میں ایک خاص جڑ تھی جسے اس نے مردہ سانپ پر خوب گھسایا، مردہ سانپ کے بدن میں حرکت پیدا ہوئی اور وہ زندہ ہو کر اس کے ساتھ واپس لوٹ گیا۔ پولیڈس نے اس واقعے کو اپنے لئے غیبی مدد سمجھا اور تیزی سے بڑھ کر اس جڑ کو اٹھایا جو کہ وہ سانپ وہیں پھینک گیا تھا اور مردہ گلاکس کی جسم پر رگڑنے لگا۔ دن کا ایک پہر اسی کشمکش میں گذر گیا بھوک کی نقاہت نے اس کا برا حال کر دیا۔ شام شروع ہونے کچھ دیر قبل گلاکس کے مردہ جسم میں حرکت پیدا ہوئی اور وہ اُٹھ بیٹھا۔ ان دونوں نے مل کر مقبرے سے نکلنے کے لئے شور کیا جسے سن کر مینوس وہاں آیا اپنے بیٹے کی آواز سن کر اس نے سرعت سے مقبرے کا دروازہ کھولا اور ان دونوں کو باہر نکالا۔ پولیڈس نے وہ جڑ اُٹھائی اور اس رات اسی ہاں مقیم رہا اگلے دن وہ وہاں سے اجازت لے کر نکل گیا مینوس نے اسے کافی انعام و کرام بھی دیا تھا۔

اس کہانی سے ہم یہ نتیجہ اخذ کر سکتے ہیں کہ مصری و یونانی باشندوں نے اسی واقعے سے لاشیں حنوط کرنے کا فن سیکھا ہوگا۔ تا کہ اپنے عقائد کے مطابق وہ لاش کو محفوظ کر دیں کہ جب مردے کو نئی زندگی ملے تو اسے کوئی جسم لینے کے بجائے سابقہ جسم ہی مل سکے۔ یہ حقیقت ہے کہ شہد میں لاش گلنے سڑنے سے محفوظ رہتی ہے۔ شہد خود جراثیم کش ہے۔

جرمن اور اسکاٹ لینڈ کے قدیم باشندوں کا تو اس قدر اعتقاد تھا کہ انسانی روح شہد کی مکھی کی شکل میں جسم سے نکلتی ہے اور چھتوں میں جا کر باقی ایام گذارتی ہے۔ گذشتہ صدی میں اسکاٹ لینڈ کا ایک معروف نحل پرور جان اسمتھ وفات پا گیا۔ مقامی کلیسا میں اس کی تجہیز و تکفین کی رسم ادا کی گئی، جب اس کا میت کا تابوت کلیسا سے نکالا گیا تو کسی جانب سے شہد کی مکھیوں کا ایک مہال نمودار ہوا اور جنازے کے ساتھ ساتھ چلتا رہا۔ وہ اس کی قبر تک ہمراہ گئی جب تک اسے دفنا نہیں دیا گیا وہ وہیں رہیں۔ کچھ عرصہ بعد ایک ادیب نے اس کی کہانی لکھنے کا ارادہ کیا اور اس کے بارے میں جگہ جگہ سے معلومات اکٹھی کرتا ہوا قبرستان پہنچ گیا جہاں اسے گورکن، حلقہ امدادی اور کلیسا کے پادری کی زبانی معلوم ہوا کہ آج بھی شہد کی مکھیاں اس کی قبر کے آس پاس منڈلاتی رہتی ہیں۔ اس مصنف نے ان مکھیوں کو جان اسمتھ کے وہ رفیق و احباب قرار دیا ہے جو کہ اس کی مہربانیوں کے بوجھ تلے دبے ہوئے تھے۔

جزائر برطانیہ اور آئرلینڈ میں ایسی کئی اساطیری حکایات مشہور ہیں جنہیں آج کا انسان قبول کرنے سے ہی انکار کر دے گا۔ لنکا شائر کے قدیم باشندوں کا یہ اعتقاد تھا کہ اگر شہد کی مکھیوں کا مہال گھر میں موجود درخت کے کسی سوکھے ڈال پر بسیرا کر لے تو اس گھر میں بارہ ماہ کے اندر ہی کسی نہ کسی کی موت واقع ہو جاتی ہے۔ ولٹ شائر کے لوگوں کا یہ عقیدہ تھا کہ اگر شہد کی مکھیوں کا مہال کسی سوکھے ڈال پر چھتا بنا لے تو اس مہال کے مالک یعنی نحل پرور کا بارہ ماہ میں انتقال ہو جائے گا۔ انگلستانی باشندوں کا یہ عقیدہ تھا کہ اگر کسی درخت پر شہد کی مکھیاں اپنا چھتا ڈال دیں تو وہ درخت جلد یا بدیر ضرور سوکھ جائے گا۔

ویلز کے باشندے آج تک یہی سمجھتے ہیں کہ شہد کی مکھیاں کسی گھر یا باغ میں جہاں کہیں چھتا بنا لیں تو یہ ان کے لئے نہایت خوش قسمتی کی بات ہے۔ اگر شہد کی مکھی اچانک ان کے گھر میں آجائے اور ایک چکر کاٹ کر واپس چلی جائے تو بھی اسے خاص خوش نصیبی کا شگون سمجھا جاتا ہے۔

Scanned with CamScanner

شمالی انگلستان میں یہ عقیدہ بڑا پختہ ہے کہ اگر کسی کی شراکت میں شہد کی مکھیاں پالی جائیں تو یہ بات ان کے لئے مفید ہوگی، تنہا مہال کی پرورش کرنا برے شگون کی علامت ہے۔جبکہ تھمبر لینڈ کے باشندوں کا یہ خیال ہے کہ شہد کی مکھیوں کی کماحقہ ملکیت کبھی بھی اچھی ثابت نہیں ہوتی۔خصوصاً شہد کی مکھیاں خریدنا تو نہایت بدقسمتی کی علامت ہے۔اس کے مقابلے میں پورے کا پورا چھتا خریدنا بہتری اور اچھے شگون کی نشانی ہے۔ان لوگوں کا یہ بھی خیال ہے کہ شہد کے چھتے پر ہونے والی بھنبھناہٹ دراصل کرسمس کا ایک خاص گیت کارل ہے جو کہ کرسمس کی شام کو گایا جاتا ہے۔

جرمنی، سوئٹزرلینڈ اور فرانس میں شہد کی مکھیوں کے چھتے کو خواب میں حقیقتاً کہیں لٹکتے دیکھنا نیک شگون ہے۔ یہاں کے کچھ باشندے خود پالی ہوئی مکھیوں کے چھتے کو ربنوں میں سجاتے ہیں اور موم بتیاں جلاتے ہیں۔

سلطنت رومہ کا ایک بڑا اہم اور پرلطف قانون یہ تھا کہ شہد کی مکھیاں اگر کوئی چھتا خود ہی چھوڑ کر اڑ جائیں تو وہ کسی کی ملکیت نہیں رہتی ہیں انہیں آزاد تصور کیا جائے گا۔شہد کی مکھیوں سے متعلق یقیناً اعتقادات کے بارے میں بہت کچھ لکھا جاچکا ہے اور بہت کچھ لکھا جاسکتا ہے آپ اپنی زندگی میں اس ضمن میں جس قدر معلومات پڑھ سکیں وہ کم ہی ہوں گی۔ بے شک زمانہ ترقی کرتا جارہا ہے تحقیق کے دائرے وسیع ہوتے جارہے ہیں مگر ان اساطیری روایات کو آنے والے دور میں کیا معنی دیئے جائیں گے؟

اللہ تعالیٰ نے انسان کیلئے جس قدر بھی اشیاء اس عرض زمین پر پیدا فرمائی ہیں ان میں سب سے ممتاز درجہ شہد و دودھ کو عطا کیا گیا ہے۔نوزائیدہ بچے کو دایہ شہد کی گھٹی ہی دیتی ہے۔جاں بلب مریض کے لئے طبیب آخری وقت میں شہد ہی تجویز کرتا ہے گویا شہد ہی اولین وآخرین غذا و دوا ہے۔جو کہ ہم اس فانی دنیا میں استعمال کرتے ہیں۔دنیا کے تمام مذاہب میں شہد کو ایک فرحت وصحت بخش غذا و دوا قرار دیا گیا ہے۔ جو بچے سے لے کر بوڑھوں تک کو یکساں مرغوب ہے۔

''عسل النمل''

جب سے انسان کو شہد کی خوبیوں کا ادراک ہوا ہے، وہ نہایت اشتیاق ودلچسپی سے اس کی تحقیق میں مصروف ہے، حقیقت تو یہ ہے کہ انسان اس حیرت انگیز قدرتی نعمت کے اعلیٰ وارفع خواص دیکھ کر ہی دم بخود ہے۔شہد کے بارے میں اس نے اپنے تجربات ومشاہدہ سے بے شمار کتب لکھیں، مختلف نوعیت کے نئے نئے تجربات کئے ہیں اور اس کے متعلق طرح طرح کی اساطیر روایات کے جال بنے ہیں۔قدیم انسان سے لے کر جدید انسان تک نے شہد کے بارے میں مختلف نوعیت کی معلومات فراہم کی ہیں، شہد کے بارے میں کہانیاں بیان کی ہیں لیکن جب اس کے ایک راز کا انکشاف ہوجاتا ہے تو پھر ایک نیا انداز سامنے آجاتا ہے۔ پہلے سے بھی عجیب تر، سابقہ معلومات سے بالکل نرالا۔

شہد کے بارے میں دلچسپ روایات پہلی بار آسٹریلیا میں معلوم ہوئیں۔آپ کو یہ سن کر بے حد حیرت ہوگی کہ خاص الخاص غذا...... چیونٹیوں کا بنا ہوا ''شہد'' ...... جو کہ نہ صرف غذا ہے بلکہ ایک شفاء سے بھرپور دوا بھی ہے، بالکل اسی طرح جیسا کہ شہد مکھی کے پیٹ سے نکلا ہوا شہد۔وسطی آسٹریلیا میں خواتین بیابانوں میں نکل جاتی ہیں ان کے ہاتھوں میں مضبوط لاٹھیاں ہوتی ہیں جن سے وہ زمین میں سوراخ کرتی ہیں۔اس طرح وہ ان چیونٹیوں کو تلاش کرتی ہیں جو کہ شہد بناتی ہیں۔یہ چیونٹیاں زمین کے اندر ایک گہری سرنگ بنا کر مقیم ہوتی ہیں۔آسٹریلین عورتیں اپنی موروثی تربیت کے باعث انہیں مہارت سے تلاش کرلیتی ہیں۔

شہد کی مکھیاں تو چھتے بنا کر ان میں رہتی ہیں جبکہ شہد کی چیونٹیاں چھتے نہیں بناسکتیں۔ چیونٹیوں کی جماعت اپنے میں سے منتخب جماعت کو حکم جاری کرتی ہے کہ وہ اپنے جسموں کو شہد کے خزانے میں تبدیل کریں۔ چیونٹیوں کا یہ گروہ حکم کی تعمیل کرتا ہے۔ وہ دیگر چیونٹیوں کے بنائے ہوئے شہد کو نگلنا شروع کردیتی ہیں یہاں تک کہ ان میں سے ہر ایک چیونٹی کا معدہ انگور کے دانے کے برابر ہوجاتا ہے۔ یہ گویا ان کی قوم کا محفوظ شہد ہوتا ہے جسے وہ حسب ضرورت موقع کی مناسبت سے استعمال کرتی ہیں۔

جب آسٹریلیا کے کسی قدیم باشندے کے ہاتھوں شہد کی کوئی ایسی چیونٹی لگ جاتی تھی

Scanned with CamScanner

جو کہ شہد کا خزانہ اپنے اندر سموئے ہوتی تھی تو وہ اس کے سر کو جسم سے الگ کر کے اسے سالم نگل جاتا تھا۔ کیونکہ شہد کی چیونٹی کا جسم سر کے علاوہ تمام سو فی صد شہد صافی ہوتا ہے۔ جب بھی قدیم آسٹریلوی لوگ غذا کی تلاش میں میدانوں اور جھاڑیوں میں نکلتے تو وہ کھانے پینے کی کوئی چیز اپنے ہمراہ نہیں لے جاتے تھے کیونکہ وہ جانتے تھے کہ انہیں خوراک راستے میں ہی مل جائے گی، وہ اثنائے سفر میں عسل النمل یعنی چیونٹیوں کے شہد کے سوا اور کچھ نہیں کھاتے۔ یہ شہد ان کی تمام غذائی ضروریات کو پورا کرتا تھا اور سفر کے دوران انہیں قوت بہم پہنچاتا ہے۔ معروف مصور البرٹ نامانجیر نے اضافی موٹاپے سے تنگ آ کر میدے کی بنی ہوئی تمام خوراک کو خیر باد کہہ کر روزانہ چند گرام عسل النمل کھانا شروع کر دیا تھا۔ اس کے علاوہ اس نے کوئی دوسری غذا استعمال نہیں کی۔ حیرت انگیز طور پر اس کا زائد وزن خود بخود گھٹتا چلا گیا اور اس کی سابقہ سمارٹنس بحال ہو گئی جس کے باعث وہ دوبارہ تصاویر بنانے پر قادر ہو گیا۔

دنیا میں شہد کی مشہور قسمیں:

جدید سائنسی تحقیق کے بعد یہ معلوم ہوا کہ دنیا بھر میں مختلف خطوں میں وہاں کی آب و ہوا اور جنگلی و فصلی پودوں کی اقسام کی بدولت شہد کی مکھیوں کے تیار کردہ شہد میں خاصا فرق دیکھنے میں آتا ہے۔ چونکہ ہر علاقے میں مخصوص قسم کے پودے پیدا ہوتے ہیں۔ ان پر لگنے والے پھول اور ان کا رس ماحول کے باعث جداگانہ حیثیت کا حامل ہوتا ہے۔ یہاں رہنے والی شہد کی مکھیاں انہی سے اپنا مطلوبہ رس اور خوراک حاصل کرتی ہیں، جس کے نتیجے میں وہ ایک خاص قسم کا شہد بناتی ہیں جو کہ دوسرے علاقے میں دستیاب نہیں ہوتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے اس خطہ زمین کو مختلف موسموں اور آب و ہوا سے نوازا ہے اور شہد کی مکھیوں کے ذہن میں ایسا سبق نقش کر دیا ہے کہ وہ علاقے اور ہر موسم کی مناسبت سے اپنے کاموں میں مشغول رہ سکیں۔ دنیا بھر میں پائی جانے والے شہد کی سینکڑوں اقسام ہیں مگر جو اقسام لذت و توانائی بہم پہنچانے میں شہرت یافتہ ہیں انہیں یہاں درج کیا گیا ہے۔

بلیک ہنی: چین سے آنے والا نیم کا شہد قدرے کسیلا اور سیاہی مائل ہوتا ہے مگر وہ بہت زیادہ مصفّا خون ہوتا ہے۔ خون کے بگاڑ کی بیماریوں میں خاص فائدہ دیتا ہے۔ سفیدے کا

شہد زکام اور کھانسی کے لئے مفید سمجھا جاتا ہے۔ پہلے طبیب بیری کی لاکھ پر لگا ہوا شہد مختلف امراض میں استعمال کراتے تھے۔ آج بھی سیاہی مائل شہد کو عرب ممالک میں بہت قوت بخش سمجھا جاتا ہے اور اسے چوگنی قیمت پر خریدا جاتا ہے۔

اورنج بلاسم: یہ شفاف اور سنہری شہد ذرا سا ترش ذائقہ رکھتا ہے کیونکہ یہ جنوبی افریقہ، اسرائیل، اسپین اور امریکہ کے سنگتروں کے باغوں میں بنایا جاتا ہے۔ اس لئے اس کے ذائقے میں ترشاوہ خاندان کی ترشی کا شامل ہونا فطری عمل ہے۔ وہاں کے باشندے اس شہد کو کھانا پکانے میں استعمال کرتے ہیں، شہد سے بنائی جانے والی ڈشوں کے لئے یہ قسم خاصی لاجواب سمجھی جاتی ہے۔

ایکیشیا: شہد کی یہ قسم نہایت ہلکی اور نرم خیال کی جاتی ہے گرم اور ٹھنڈے مشروبات میں مٹھاس پیدا کرنے کے لئے اسے آئیڈیل سمجھا جاتا ہے یہ شہد کسی صورت میں نہیں جمتا ہے ہمیشہ مائع شکل میں رہتا ہے جس کے باعث اس کا استعمال ہر وقت کیا جاسکتا ہے۔

ہیتھر: یہ شہد کی قسم اپنے مخصوص منفرد اور لکڑی جیسے ذائقے کی وجہ سے بہت مقبول و معروف ہے۔ یہ شہد کریم کی شکل میں دستیاب ہوتا ہے اگر اسے کسی چمچے سے کچھ دیر ہلایا جائے تو یہ مائع شکل اختیار کر لیتا ہے۔ اسے استعمال کرنا آسان ہوتا ہے، اسی لئے لوگ اسے ترجیح دیتے ہیں۔

یوکلپٹس: شہد کی اس گاڑھی قسم کا اصل مرکز آسٹریلیا ہے جہاں اس کی بھی کئی اقسام پائی جاتی ہیں اس شہد کو دیکھنے کے بعد ایک لمحے کے لئے مونگ پھلی کے تیل کا گمان ہوتا ہے کئی لوگ تو اسے مونگ پھلی کا تیل بھی قرار دیتے ہیں مگر ایسا نہیں ہے یہ شہد عمدہ ہوتا ہے اور اس کا ذائقہ ملک ثانی جیسا ہوتا ہے۔

انگلش سیٹ: شہد کی اس قسم کے نام سے ظاہر ہے کہ اس کی پیدائش کا محور برطانیہ ہے، انگلینڈ کا یہ شہد بہترین خصوصیات کا حامل ہے یہ کچھ عرصہ پڑا رہنے پر خود بخود مربہ کی شکل اختیار کر لیتا ہے برطانوی باشندے اسے نہایت رغبت اور شوق سے استعمال کرتے ہیں۔

مینوکا: یہ شہد خاصا مہنگا اور کم پیدا ہوتا ہے اسے تیار کرنے والی شہد کی مکھیوں کی ایک خاص قسم ہوتی ہے جو کہ ایک ہی قسم کے پھولوں پر بیٹھتی ہیں اور انہی سے رس اور خوراک حاصل

Scanned with CamScanner

کرتی ہیں۔اس قسم کا اصل وطن نیوزی لینڈ ہے۔اس شہد کا رنگ قدرے گہرا ہوتا ہے، اس کے رنگ، خوشبو اور ذائقے کو محفوظ رکھنے کے لئے اسے گہرے رنگ کے عنبرین برتن میں رکھا جاتا ہے۔

کنگکومب: یہ شہد کی خاص اور منفرد قسم ہے جسے چھتے سے سالم ٹکڑے کی شکل میں حاصل کیا جاتا ہے اور اسے سالم ہی فروخت کیا جاتا ہے۔

کلوور: شہد کی اس قسم کو شمالی امریکہ کے باشندے نہایت رغبت سے استعمال کرتے ہیں یہ قسم ان کے علاقوں میں وافر مقدار میں پائی جاتی ہے۔شہد کی یہ قسم پیلے رنگ کی ہوتی ہے جو کہ کریم کی مانند قدرے گاڑھی ہوتی ہے۔

ہنی کومب: یہ امریکہ کی لذیذ سوغات میں سے ایک ہے۔یہ شہد بے حد لطیف اور نازک ہوتا ہے لہٰذا اسے ہمہ وقت لکڑی کے بنے ہوئے فریموں میں رکھا جاتا ہے اور مربہ کی شکل میں فروخت کیا جاتا ہے، یہ پورا ٹکڑا کھانے کے قابل ہوتا ہے۔

شہد چھتے میں ہو یا باہر نکالا گیا ہو، اس کی غذائیت اور کیمیاوی خاصیت میں کوئی فرق نہیں آتا ہے شہد کی کچھ اقسام چھتے سے باہر نکالنے کے بعد بھی مائع شکل میں رہتی ہیں لیکن اکثر اقسام نکال لینے کے بعد دانے دار ہوجاتی ہیں۔دراصل ان میں موجود گلوکوز قلمی حالت میں علیحدہ ہونے لگتے ہیں اور یہ دانے جال کی سی صورت اختیار کر لیتے ہیں اور شہد بھی قدرے ٹھوس شکل میں دکھائی دینے لگتا ہے، ان ذرات کی رنگت سفید ہوتی ہے لہٰذا شہد بھی سفیدی مائل ہوجاتا ہے۔

شہد کے بارے میں کئی غلط فہمیاں آج کے دور میں بھی پائی جاتی ہیں اسے دیگر اشیاء کی طرح فریزر یا فریج میں رکھنا قطعاً ضروری نہیں ہوتا ہے، تاہم اگر آپ کو یہ خدشہ ہے کہ یہ جلد خراب ہو جائے گا تو آپ اپنے خدشے کے پیش نظر اسے فریج میں رکھ سکتے ہیں، ورنہ اس کی ضرورت نہیں ہے۔اللہ باری تعالیٰ نے اس نعمت کو نہ خراب ہونے والی خاصیت ودیعت کر رکھی ہے کہ اسے لمبے عرصے تک محفوظ رکھا جا سکتا ہے اور اس کا ذائقہ اور رنگ بھی خراب نہیں ہوتا ہے تاہم اسے ایسی جگہ سے بچانا چاہیے جہاں نمی موجود ہو۔

شفاف شہد کو گرم کر کے اس میں قلمیں بننے کے عمل کو روکا جاتا ہے۔جمے ہوئے شہد کو اگر فوری طور پر استعمال کرنا مقصود ہو تو شہد کے جار کو نیم گرم پانی میں رکھنا چاہئے یہ تھوڑی ہی دیر

میں اپنی اصلی حالت میں آجاتا ہے۔مختلف درختوں اور پھولوں سے حاصل ہونے والا شہد بازاروں میں مختلف قیمتوں پر فروخت ہوتا ہے۔نیم کے درخت سے حاصل ہونے والا شہد خاص طور پر پوری دنیا میں اپنے بے پناہ فوائد کے پیش نظر بے حد مقبول ہے۔اسی طرح جنگلی شہد، سرسوں کا شہد، گلاب کا شہد، سنگتروں کا شہد، کونپلوں کا شہد اور لوکاٹ کا شہد معروف ذکر ہیں۔

شہد کی تاثیر و ماہیئت:

قدیم و جدید حکماء و اطباء کے بیان کے مطابق تازہ شہد دوسرے درجے میں گرم اور پہلے درجے میں خشک ہوتا ہے۔کچھ عرصہ پرانا شہد دوسرے درجے میں گرم و خشک ہے جبکہ بہت زیادہ پرانا شہد تیسرے درجے میں گرم دوسرے درجے میں خشک قرار دیا جاتا ہے۔اس کے علاوہ سفید اور رقیق قسم کا شہد گرمی اور جلاء میں کم حیثیت کہا جاتا ہے لیکن شہد کی خام حالت میں گرمی تیزی اور جلاء بھی کچھ زیادہ ہوتے ہیں۔''ماء العسل''، یعنی میل اتارنے کے بعد شہد کی گرمی و تیزی کم ہوجاتی ہے جو کہ غذائیت کے لحاظ سے بہتر و عمدہ ہے۔

ماء العسل:

موم اور اضافی کثافتیں صاف کئے گئے شہد کو اطباء و حکماء ''ماء العسل'' کا نام دیتے ہیں جو کہ مزاج کے لحاظ سے گرم و تر خاصیت کا حامل ہوتا ہے۔ماء العسل عموماً گڑ کی مانند مصنوعی طور پر تیار کیا جاتا ہے۔شہد ایک حصہ، پانی چار حصہ میں ملا کر اچھی طرح حل کیا جاتا ہے اور اسے دھیمی آنچ پر چڑھا دیا جاتا ہے اور خوب جوش دیا جاتا ہے۔یہاں تک کہ اس کا ایک تہائی پانی جل جاتا ہے۔اس کے بعد اسے آگ سے اتار کر کام میں لایا جاتا ہے۔اسی کا نام ماء العسل ہے۔اگر ماء العسل کو پانی کی بجائے کسی مناسب عرق میں جوش دیا جائے تو نہایت بہتر اثرات کا حامل ہوسکتا ہے۔اسی طرح اگر ماء العسل میں کچھ ادویہ ملا کر تیار کیا جائے یا اسے ''ماء العسل مرکب'' کا نام دیا جاتا ہے۔اسی طرح اگر شہد کو عرق گلاب میں پکا کر تیار کیا جائے تو یہ ''جلاب (گل آب)'' کہلاتا ہے۔

ماء العسل جلا پیدا کرتا ہے، ملین ہے، لیسدار اخلاط کا اخراج کرتا ہے، سدوں کو کھولتا ہے، غلیظ بلغم میں نضج پیدا کر کے اخراج کے قابل بناتا ہے۔سرد اعضاء مثلاً پٹھوں، دماغ اور امراض

Scanned with CamScanner

سر میں بے حد مفید ہے۔ وجع المفاصل، گنٹھیا وغیرہ میں نافع ہے۔ نفخ شکم کو دور کرتا ہے، قے کو روکتا ہے، کھانسی دور کرتا ہے، پھیپھڑوں کے ورم میں نافع ہے، سرد معدہ کے موافق ہے، جسم کو فربہ کرتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے، مدر بول وحیض ہے، قولنج میں اس کے استعمال سے بے حد فائدہ ہوتا ہے لیکن شرط یہ ہے کہ خوب پکا کر جھاگ اتار لیے جائیں تاکہ پیٹ میں نفخ نہ پیدا کر سکے۔ سمّی ادویہ کی مضرت کو دور کرتا ہے، اگر عورت کے ساتھ زیادہ صحبت کرنے سے ضعف لاحق ہو جائے تو اس کے استعمال سے ضعف دور ہو جاتا ہے۔

شہد مصفّٰی:

جدید وقدیم اطباء وحکماء مرکب ادویہ کی تیاری میں عموماً شہد مصفّٰی استعمال کرتے ہیں۔ یہ صاف کیا گیا ہوا شہد خصوصاً مرکب ادویہ کے لئے کارآمد سمجھا جاتا ہے۔

ترکیب تیاری: شہد کی مخصوص مقدار لے کر اسے واٹر باتھ دیا جاتا ہے یعنی اسے گرم پانی کے بخارات پر خوب پگھلایا جاتا ہے جب یہ نرم ہو جاتا ہے تو اسے گرم پانی سے تر فلالین کے کپڑے سے چھان لیا جاتا ہے۔ چھنا ہوا شہد ہی ''شہد مصفّٰی'' کہلاتا ہے۔

شہد پھین خرج:

یہ شہد بھی اطباء وحکماء کے استعمال میں آتا ہے۔ اسے اکثر معجونوں میں ڈالا جاتا ہے۔ اسے تیار کرنے کا طریقہ کار یہ ہے کہ شہد میں تھوڑا سا پانی ڈال کر اسے نرم آنچ پر جوش دیا جاتا ہے۔ اس دورانئے میں خاص خیال رکھا جاتا ہے کہ شہد جلنے نہ پائے اگر اس میں پانی نہیں ملایا جائے گا تو اس پر آنے والی جھاگ نہیں اتاری جا سکے گی۔ شہد کے اوپر میل کی شکل میں جھاگ آتی جاتی ہے اور اسے چمچے سے احتیاط سے اتارتے جاتے ہیں۔ یہاں تک کہ جھاگ آنا بند ہو جائے تو تو اتار کر استعمال میں لایا جاتا ہے۔ اس ضمن میں یہ بھی خیال رکھا جاتا ہے کہ آنچ تیز نہ ہونے پائے ورنہ شہد جل جائے گا اور قابل استعمال نہیں رہے گا۔ اس شہد میں جب تک پانی پوری طرح جل نہ جائے اسے اتارنے کی غلطی مت کیجئے۔ یہ کشید کردہ شہد حکمت وطب کی اصطلاح میں ''شہد پھین خرج'' کہلاتا ہے۔

شہد انگبین خشک:

اسے ''خشک نجبین'' بھی کہتے ہیں۔ یہ نہایت خشک شہد ہے، جس میں بو نہایت تیز ہوتی ہے۔ یہ رنگت میں سبز و زرد و سفید اور سیاہ و سرخ ہو سکتا ہے۔ ایران کے پہاڑی علاقوں میں بہت ہوتا ہے۔ طبرستان میں یہ ''اسپ دندان'' کے نام سے مشہور ہے۔ یہ شہد دوسرے درجہ میں گرم وخشک ہے، کچھ اطباء وحکماء لوگ چوتھے درجہ میں گرم خشک قرار دیتے ہیں۔

یہ شہد جالی ہے، مادے کو کاٹتا ہے اور تنقیہ کرتا ہے، ورموں کو تحلیل کرتا ہے۔ حکماء کی رائے میں سرخ شہد سب سے قوی ہے، سبز نہایت حاد ہے، سیاہ کے افعال بھلاواں کی رطوبت جیسے ہیں اس لیے اس کا استعمال متروک ہے یہ اچھے اخلاط کو بھی جلا دیتا ہے۔

شہد کی افادیت:

- لیسدار بلغم کا اخراج بآسانی کرتا ہے جسم کی ردی رطوبت کو دور کرتا ہے۔
- مفتح سدہ ہے۔ استسقاء، یرقان، طحال، دادہ وکلف اور عسر البول کو نافع ہے۔
- بلغمی امراض مثلاً فالج، لقوہ، استرخا، امراض صدریہ کو نافع ہے۔
- خدر، سموم بارد اور تناسلی امراض میں بھی فائدہ کرتا ہے اور خصوصیت سے پیاس کو بجھاتا ہے لیکن کثرت استعمال یا گرم مزاج والوں کو پیاس لگاتا ہے۔
- مدر بول وحیض ہے گردے ومثانہ کی پتھری کو توڑتا ہے۔
- معدہ بصارت وباہ کو قوت بخشتا ہے۔
- دماغی فضلہ کو خارج کرتا ہے اور بھوک بڑھاتا ہے۔
- ریاح کو خارج کرتا ہے۔
- دانتوں کو صاف کرتا مضبوط بناتا ہے۔
- اس سے قے کرانے سے معدہ کا تنقیہ ہو جاتا ہے۔
- ورم حلق کو دور کرنے کے لیے ماءالعسل سے غرغرہ کراتے ہیں۔
- شہد میں سرکہ شامل کر کے کلی کرانے سے مسوڑھے مضبوط ہوتے ہیں اور ان کا گوشت جمتا ہے۔

Scanned with CamScanner

- دانتوں کا میل کچیل اپنی قوت جلا کے سبب دور کر کے انہیں مضبوط کرتا ہے۔
- نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ، بیاض، آنکھوں کی کھجلی اور موتیا بند کو فائدہ دیتا ہے۔
- شہد میں پانی ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے مواد، تھوک و بلغم کا تنقیہ کرتا ہے اور کھانسی کو دور کرتا ہے۔
- شہد انزروت اور نمک لاہوری ملا کر کان میں ٹپکانے سے وجع الاذن، ثقل سماعت اور کان سے بہنے والی پیپ وغیرہ کو فائدہ کرتا ہے کسی بیرونی سبب سے اونچا سنائی دے تو شہد میں تھوڑا سا شورہ قلمی اور پانی شامل کر کے ڈالنے سے بہت نفع حاصل ہوتا ہے۔
- اکثر امراض رحم میں شہد کے حمول سے فائدہ ہوتا ہے۔
- شہد مدر بول و حیض کا کام کرتا ہے اس کے استعمال سے دودھ بھی جاری ہو جاتا ہے اور جگر کو قوت دیتا ہے۔
- گیہوں کا آٹا شہد میں گوندھ کر ورموں پر لگانے سے انہیں تحلیل کرتا ہے پھوڑے پھنسیوں کو دور کرتا ہے انہیں تحلیل کرتا ہے۔ مواد سے پاک کرتا ہے۔
- سرکہ اور نمک کے ساتھ استعمال کرنے سے چھائیں اور دوسرے داغوں کو صاف کرتا ہے۔
- بلغم شور سے پیدا ہونے والے زخموں پر اگر روغن گل میں ملا کر لگائیں تو انہیں مفید ہے۔
- شہد ہمراہ آب زیرہ استعمال کرنے سے زہروں اور پاگل کتے کے کاٹے میں فائدہ کرتا ہے۔
- شہد سے قے کرانے سے افیون سے پیدا ہونے والی جملہ تکالیف دور ہو جاتی ہیں۔
- شہد کی ایک خصوصیت یہ بیان کی جاتی ہے کہ عورت پانی میں ملا کر نہار منہ پی لے اور پیٹ میں مروڑ پیدا ہو تو حاملہ تصور کرتے ہیں ورنہ نہیں۔
- استسقاء میں پونے دو تولہ شہد سات تولہ پانی میں گھول کر عرصہ تک استعمال کرنے سے پیٹ اپنی اصلی ہیئت پر واپس آ جاتا ہے۔
- سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔
- بورہ ارمنی اور ہینگ پیس کر شہد میں ملا کر اگر عضو تناسل اور پیٹ کی کھال اور پاؤں کے تلوؤں کو ملا جائے تو خواہش جماع میں اضافہ ہوتا ہے۔

- شہد کو کندر کے ساتھ استعمال کرنے سے بے حد فائدے حاصل ہوتے ہیں اس سے سینہ اور پھیپھڑوں سے مواد کا اخراج ہو جاتا ہے۔ یرقان کو فائدہ ہوتا ہے ورم طحال کم ہوتا ہے گردے و مثانہ کی پتھری خارج ہو جاتی ہے رکا ہوا پیشاب جاری ہو جاتا ہے ریاح تحلیل ہو جاتے ہیں ایلاؤس میں بھی آرام ملتا ہے۔
- شہد بڑی عمر والے اور سرد مزاج لوگوں کو خوب فائدہ کرتا ہے ان میں حرارت اور قوت باہ بڑھاتا ہے گرم مزاج والوں کے لیے مناسب نہیں۔
- شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اُتر جاتا ہے۔
- شہد بالوں پر لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مر جاتی ہیں۔
- سفوف قسط شامل کر کے لگانے سے چہرہ کی چھائیں دور ہوتی ہے۔
- کسی چوٹ کے سبب نیل پڑ گیا ہو تو نمک شامل کر کے لگانے سے جاتا رہتا ہے۔
- شہد کا استعمال جسمانی حرارت عزیزی کو بنائے رکھتا ہے رطوبات فضلیہ کو سڑنے سے بچاتا ہے۔
- شہد کے ساتھ دوائیں استعمال کرنے سے جلدی نفوذ کر جاتی ہیں اپنی حرارت سے بدن کی رطوبات کو جسم کے باہر کی طرف کھینچ لاتا ہے اسی وجہ سے عرق النساء میں اس کے استعمال سے فائدہ ہوتا ہے۔
- آب بارتنگ اور شہد ملا کر حقنہ کرنے سے آنتوں کے زخم صاف ہو جاتے ہیں اور جلدی مندمل ہوتے ہیں آنتوں کا ورم دور ہوتا ہے۔
- صفراوی مزاج والوں کو سرکہ کے ساتھ استعمال کرانا مفید رہتا ہے۔
- جوش کیا ہوا شہد بلغمی مزاج والوں میں قبض پیدا کرتا ہے کیونکہ ان کے بدن کو غذائیت زیادہ پہنچاتا ہے۔
- صعتر کبر اور کریل کا شہد گرم مزاج والوں کو نقصان پہنچاتا ہے۔
- حاشا کا شہد سرد اور تر مزاج والوں کے لیے مفید ہے ٹھنڈے اور بلغمی مرضوں میں نفع پہنچاتا ہے۔
- شہد مقوی اعضائے رئیسہ ہے دل و دماغ اور معدہ و جگر کو غضب کی تقویت بخشتا ہے اور

Scanned with CamScanner

- دانتوں کا میل کچیل اپنی قوت جلا کے سبب دور کر کے انہیں مضبوط کرتا ہے۔
- نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ، بیاض، آنکھوں کی کھجلی اور موتیا بند کو فائدہ دیتا ہے۔
- شہد میں پانی ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے مواد، تھوک و بلغم کا تنقیہ کرتا ہے اور کھانسی کو دور کرتا ہے۔
- شہد انزروت اور نمک لاہوری ملا کر کان میں ٹپکانے سے وجع الاذن، ثقل سماعت اور کان سے بہنے والی پیپ وغیرہ کو فائدہ کرتا ہے کسی بیرونی سبب سے اونچا سنائی دے تو شہد میں تھوڑا سا شورہ قلمی اور پانی شامل کر کے ڈالنے سے بہت نفع حاصل ہوتا ہے۔
- اکثر امراض رحم میں شہد کے حمول سے فائدہ ہوتا ہے۔
- شہد مدر بول و حیض کا کام کرتا ہے اس کے استعمال سے دودھ بھی جاری ہو جاتا ہے اور جگر کو قوت دیتا ہے۔
- گیہوں کا آٹا شہد میں گوندھ کر ورموں پر لگانے سے انہیں تحلیل کرتا ہے پھوڑے پھنسیوں کو دور کرتا ہے انہیں تحلیل کرتا ہے۔ مواد سے پاک کرتا ہے۔
- سرکہ اور نمک کے ساتھ استعمال کرنے سے چھائیں اور دوسرے داغوں کو صاف کرتا ہے۔
- بلغم شور سے پیدا ہونے والے زخموں پر اگر روغن گل میں ملا کر لگائیں تو انہیں مفید ہے۔
- شہد ہمراہ آب زیرہ استعمال کرنے سے زہروں اور پاگل کتے کے کاٹے میں فائدہ کرتا ہے۔
- شہد سے قے کرانے سے افیون سے پیدا ہونے والی جملہ تکالیف دور ہو جاتی ہیں۔
- شہد کی ایک خصوصیت یہ بیان کی جاتی ہے کہ عورت پانی میں ملا کر نہار منہ پی لے اور پیٹ میں مروڑ پیدا ہو تو حاملہ تصور کرتے ہیں ورنہ نہیں۔
- استسقاء میں پونے دو تولہ شہد سات تولہ پانی میں گھول کر عرصہ تک استعمال کرنے سے پیٹ اپنی اصلی ہیئت پر واپس آجاتا ہے۔
- سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔
- بورہ ارمنی اور ہینگ پیس کر شہد میں ملا کر اگر عضو تناسل اور پیٹ کی کھال اور پاؤں کے تلوؤں کو ملا جائے تو خواہش جماع میں اضافہ ہوتا ہے۔

- شہد کو کندر کے ساتھ استعمال کرنے سے بے حد فائدے حاصل ہوتے ہیں اس سے سینہ اور پھیپھڑوں سے مواد کا اخراج ہو جاتا ہے۔ یرقان کو فائدہ ہوتا ہے ورم طحال کم ہوتا ہے گردے و مثانہ کی پتھری خارج ہو جاتی ہے رکا ہوا پیشاب جاری ہو جاتا ہے ریاح تحلیل ہو جاتے ہیں ایلاؤس میں بھی آرام ملتا ہے۔
- شہد بڑی عمر والے اور سرد مزاج لوگوں کو خوب فائدہ کرتا ہے ان میں حرارت اور قوت باہ بڑھاتا ہے گرم مزاج والوں کے لیے مناسب نہیں۔
- شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اُتر جاتا ہے۔
- شہد بالوں پر لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مر جاتی ہیں۔
- سفوف قسط شامل کر کے لگانے سے چہرہ کی جھائیں دور ہوتی ہے۔
- کسی چوٹ کے سبب نیل پڑ گیا ہو تو نمک شامل کر کے لگانے سے جاتا رہتا ہے۔
- شہد کا استعمال جسمانی حرارت عزیزی کو بنائے رکھتا ہے رطوبات فضلیہ کو سڑنے سے بچاتا ہے۔
- شہد کے ساتھ دوائیں استعمال کرنے سے جلدی نفوذ کر جاتی ہیں اپنی حرارت سے بدن کی رطوبات کو جسم کے باہر کی طرف کھینچ لاتا ہے اسی وجہ سے عرق النساء میں اس کے استعمال سے فائدہ ہوتا ہے۔
- آب بارتنگ اور شہد ملا کر حقنہ کرنے سے آنتوں کے زخم صاف ہو جاتے ہیں اور جلدی مندمل ہوتے ہیں آنتوں کا ورم دور ہوتا ہے۔
- صفراوی مزاج والوں کو سرکہ کے ساتھ استعمال کرانا مفید رہتا ہے۔
- جوش کیا ہوا شہد بلغمی مزاج والوں میں قبض پیدا کرتا ہے کیونکہ ان کے بدن کو غذائیت زیادہ پہنچاتا ہے۔
- صعتر کبر اور کریل کا شہد گرم مزاج والوں کو نقصان پہنچاتا ہے۔
- حاشا کا شہد سرد اور تر مزاج والوں کے لیے مفید ہے ٹھنڈے اور بلغمی مرضوں میں نفع پہنچاتا ہے۔
- شہد مقوی اعضائے رئیسہ ہے دل و دماغ اور معدہ و جگر کو غضب کی تقویت بخشتا ہے اور

Scanned with CamScanner

حرارت عزیزی کو برانگیختہ کرتا ہے۔

❁ شہد قوت مردمی کو طاقت دیتا ہے اور عام جسمانی کمزوری دور کرتا ہے، یہ جسم کو توانا و طاقتور بناتا ہے۔

❁ قوت باہ میں اضافہ کرنے میں شہد کا درجہ کسی طرح بھی انڈے سے کم نہیں ہے۔تولید باہ کے لئے اگر اسے دودھ کے ہمراہ استعمال کیا جائے تو نہایت نتیجہ خیز ثابت ہوتا ہے۔

❁ مصفّٰی خون ہونے کے ساتھ ساتھ یہ مولد خون بھی ہے اور اس میں وہ تمام سرخ اجزاء شامل ہیں جو کہ خالص خون میں لازمی ہوتے ہیں۔

❁ تقویت باہ کے لئے شہد انڈے، گاجر، پیاز وغیرہ کے ساتھ ملا کر استعمال کرنا بے حد مبہم اور طاقت بخش ہوتا ہے۔

❁ دافع تعفن ہے، کرم کش اور جالی ہونے کے باعث شہد ادویہ کو تعفن سے بچانے، ان کی قوت کو برقرار رکھنے اور ان کا ذائقہ خوشگوار بنانے میں بکثرت استعمال ہوتا ہے۔

❁ شہد مقوی ہاضمہ اور ہلکا سا قبض کشا بھی ہے کھانا کھانے کے بعد اس کی معمولی سی مقدار چاٹ لینے سے کھانے کے ہاضمے میں مدد ملتی ہے اور گیس وغیرہ کا خدشہ نہیں باقی رہتا۔نیز یہ قوت ہاضمہ کو بھی تقویت دیتا ہے۔

❁ جدید سائنٹیفک تحقیق کے مطابق امراض صدر کے ماہرین شہد کی ایک خاص خاصیت بیان کرتے ہیں کہ اگر کسی کٹورے میں شہد بھر کر مریض کی ناک کے قریب اس طریقہ سے رکھا جائے کہ اس کی ناک میں جو بھی ہوا جائے وہ شہد کی سطح کو چھوتی ہوئی جائے تو اس طریق سے مریض ضیق النفس کی تنگی تنفس رفع ہو جاتی ہے اور وہ آرام سے زیادہ گہرے سانس لینے لگتا ہے۔یہ تسکین بخش اثر اگرچہ ایک گھنٹہ سے زیادہ دیر تک برقرار نہیں رہتا ہے تاہم اس کا تسکین بخش اثر فوراً ہوتا ہے۔

❁ تنفس کی دقت اور ہلکے دمہ کے مریض کے لیے شہد کا بھپارہ بھی بہت مفید پایا جاتا ہے۔

❁ جدید تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ شہد کی ترکیب میں بلند تر خمریات اور ایتھر آمیز روغنیات شامل ہوتے ہیں یہی وجہ ہے کہ اس میں جو بخارات اٹھتے ہیں وہ پھیپھڑوں کے امراض میں مفید و مجرب ہیں۔کیونکہ ان خمریات کا یہ خاصہ ہے کہ عطریات اور تارپین کی طرح

تنفس کی حرکت کو تیز یا کم کر سکتے ہیں اور یہ تیزی یا کمی ان کے اجزاء پر منحصر ہوتی ہے۔

❁ شہد زخموں کو صاف کرتا ہے اور انہیں مندمل ہونے میں معاونت دیتا ہے نیز ورموں کو پکا کر انہیں تحلیل کرتا ہے یورپ کے ایک شخص پلائینی نے مرتے وقت یہ راز ظاہر کیا تھا کہ شہد اور مچھلی کی چربی ملانے سے ایک بہترین قسم کا مرہم تیار ہوتا ہے جو کہ زخموں اور ورموں کو بڑی آسانی سے دور کرتا ہے۔

❁ ہیمبرگ کے ریڈ کراس ہسپتال میں کلیجی اور شہد کو ملا کر ایک مرہم تیار کیا گیا ہے جو کہ چھوٹے زخموں اور پھوڑے پھنسیوں پر مفید ثابت ہوتا ہے غالباً یہ شہد کا اندمال بخش اثر ہے۔

معدنی نمکیات اور شہد

انسانی زندگی اور جسمانی تندرستی میں معدنی نمکیات بھی بڑا اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ان کی کمی صحت اور جسم کے حسن و تناسب کو بگاڑ دیتی ہے، یوں تو ہمارے جسم کو تندرست رہنے کے لئے بہت سے نمکیات کی ضرورت ہوتی ہے جو کہ مختلف غذاؤں میں ہمارا جسم حاصل کرتا ہے۔ ان نمکیات میں کھانے کے عام نمک سے لے کر سوڈیم، کیلشیم، میگنیشیم، پوٹاشیم، کلورین وغیرہ شامل ہوتے ہیں۔شہد میں ان کے تناسب کے بارے میں گذشتہ صفحات میں بیان کر دیا گیا ہے۔یہاں یہ ضرورت محسوس ہوتی ہے کہ ان معدنی نمکیات کی مختصر سی تفصیل و تشریح درج کر دی جائے تا کہ اس سے آپ کو ان کی اہمیت کا اندازہ ہو جائے۔

کیلشیم:

یہ نمک انسانی جسم میں نئی ہڈیاں بنانے اور پرانی ہڈیوں کی مرمت و بحالی میں اپنا کردار ادا کرتا ہے۔اس کے علاوہ یہ چہرے کی رونق اور صباحت و شگفتگی پیدا کرتا ہے اور دانتوں کی عمر بڑھاتا ہے۔شہد کے علاوہ اس کے کچھ دوسرے ذرائع یہ بھی ہیں۔ دودھ، پنیر، سیب، خوبانی، انجیر، انگور وغیرہ۔

میگنیشیم:

یہ نمک چہرے کی رنگت کو نکھارنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے اور جسم میں پھوڑے

Scanned with CamScanner

پھنسیوں کی افزائش کو روکتا ہے۔شہد کے علاوہ اس کے کچھ دوسرے ذرائع یہ بھی ہیں دودھ، پنیر، سیب، خوبانی، انجیر، انگور، گاجر، پیاز وغیرہ۔

پوٹاشیم:

یہ نمک جلد اور چہرے کی تازگی کو برقرار رکھتا ہے اور چہرے میں نیا نکھار پیدا کرتا ہے۔ شہد کے علاوہ اس کے کچھ دوسرے ذرائع یہ بھی ہیں دودھ، پنیر، سیب، خوبانی، انجیر، انگور، گاجر، لیموں، سلاد، رس بھری، زیتون، سویابین انڈے وغیرہ۔

کلورین:

جسم میں زائد چربی کے خاتمے کا کام کرتی ہے اور آنتوں کی صفائی کر کے اجابت میں معاونت کرتی ہے۔شہد کے علاوہ اس کے کچھ بہترین دوسرے ذرائع یہ بھی ہیں۔ ساگ، انڈے، زیتون، پنیر، دودھ، آلو بخارا، مولی، ٹماٹر، مکھن وغیرہ۔

آئرن یعنی فولاد:

یہ اہم ترین عنصر ہے اس کی معمولی سی کمی آنکھوں کے زیریں حصوں پر سیاہی بکھیر دیتی ہے، یہ خون میں مدافعتی جرثوموں کی تعداد بڑھاتا ہے اور جسم و چہرے کو سرخی بخشتا ہے اسی کے باعث جسم کی حرارت بڑھتی ہے اور گھٹتی ہے۔شہد کے علاوہ اس کے کچھ دوسرے ذرائع یہ بھی ہیں، کلیجی، سیب، خوبانی، انڈے، مچھلی، سلاد، پیاز، پالک، گاجر، مولی، آلو بخارا، پنیر، انناس، کرم کلا، کھیرا، کھجور، سنگترہ، زیتون، انگور، گندم، چقندر وغیرہ۔

اسے اللہ تعالیٰ کی خاص عنایت جانئے کہ اس نے ان سب عناصر کو جسم انسانی کی ضرورت کے مطابق ایک ہی جگہ ''شہد'' میں جمع کر دیا ہے۔شہد میں یہ سب نمکیات بدرجہ اُتم موجود ہیں۔ یاد رکھیں کہ حقیقی جسمانی صحت و تندرستی اور چہرے کی رونق و دلکشی انہی معدنی نمکیات سے حاصل ہوگی۔ مصنوعی اشیاء سے قدرت کی بخشی ہوئی نعمتوں کو حاصل کرنے کی صورت میں اچھے اثرات مرتب نہیں ہوتے۔عموماً لوگوں کو ان سے انفکشن کی شکایت لاحق رہتی ہے۔محض چہرے کی ہی مثال لیجئے کہ مصنوعی طور پر کیمیکلز سے تیار شدہ مختلف مقداروں کی

نامیاتی اور غیر نامیاتی اجزا ٔ کی مصنوعات کے استعمال کے بعد خواتین اور مردوں میں یکساں یہ شکایت پائی جاتی ہے کہ ہماری جلد میں فلاں تکلیف ہوگئی ہے یا جلد پر نہ مٹنے والے داغ پڑ گئے ہیں لہٰذا ہالی وڈ کی فلمی دنیا کے نامور فنکار چہرے کی آرائش و زیبائش کے اس مصنوعی ساز و سامان کے چہرے پر مضر اثرات کماحقہ آگاہ ہیں اسی لئے وہ ہر میک اپ کے بعد اپنی قدرتی خوب صورتی کو بچانے کے لئے اپنے چہرے پر شہد کا لیپ ضرور کرتے ہیں۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

ہمارا دماغ اور شہد اور کلونجی

دماغ بدن کا حاکم اعلیٰ ہے اور بدن کی تندرستی کے لئے دماغ کا تندرست ہونا ضروری ہے۔ اسی لئے ہمیں دماغ کی بے حد حفاظت کرنا چاہئے اور اسے نہ صرف بیرونی چوٹوں سے بچانا چاہئے بلکہ بُری باتوں اور نقصان دینے والی عادتوں سے بھی محفوظ رکھنا چاہئے۔ ہمارے بدن کے تمام حصے اپنا اپنا کام درست وقت پر باقاعدہ اور اعتدال کے ساتھ انجام دیتے ہیں۔ کوئی حصہ کسی دوسرے حصے کے کام میں خلل نہیں ڈالتا بلکہ اس کی مدد کرتا ہے۔ اس طرح بدن کی مشین بلا رکاوٹ چلتی رہتی ہے۔ نیند میں بھی بدن کے ضروری کام جاری رہتے ہیں بلکہ بے ہوشی و غشی کی حالت میں بھی زندگی برقرار رہتی ہے۔ غور کرنے معلوم ہوگا کہ ایسی سینکڑوں چیزیں ہیں جن کو کرنے یا نہ کرنے کا حکم ہم اپنے عضلات کو رات دن دیتے رہتے ہیں اور اعضاء ہمارے احکام کی تعمیل کرتے ہیں۔ اس سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ ہمارے بدن کی سلطنت میں کوئی خاص حصہ ایسا ہے جو بدن کے تمام دوسرے حصوں پر حاکم اعلیٰ متعین ہے اور وہی حکم جاری کرتا ہے۔ یہ فرمانروا دراصل ہمارا دماغ ہے جو اپنے ماتحت اعضاء کے ذریعے تمام بدن کے انتظام سنبھالے ہوئے ہے۔

دماغ سر میں چہرے سے اوپر اور پیچھے کھوپڑی کی مضبوط ہڈیوں سے بنے ہوئے صندوق میں رکھا ہوا ہے کیونکہ وہ نہایت نرم و نازک اور گودے دار بناوٹ رکھتا ہے پھر اس پر جھلیاں غلاف بناتی ہیں اور کھوپڑی کے اوپر سخت اور لوچ دار تہہ کے بعد سر موٹا بال دار پوست چڑھا ہوا ہوتا ہے۔ انسان کا دماغ تمام جان دار میں سب سے زیادہ وزنی (بدن کا 1/40 حصہ) اور ترقی یافتہ ہوتا ہے اسی لئے انسان تمام حیوانوں میں عقل کا پتلا مشہور ہے۔

ماہرین طب نے دماغ کو چار بڑے حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔

1۔ اگلا یا بڑا دماغ: یہ کھوپڑی کے سامنے دو درمیانی اور پچھلے گڑھوں میں رہتا ہے اور دو نیم کروں کی شکل میں ہوتا ہے جن کے درمیان ایک گہرا شگاف ہوتا ہے۔ اس کی بالائی سطح پر ابھار ہوتے ہیں جن کے درمیان چھوٹی چھوٹی پیچیدہ درزیں یا نالیاں ہوتی ہیں۔ اس

کے اندر بعض خانے (بطون) بھی ہوتے ہیں۔ حس و حرکت اور حواس کے اعلیٰ مراکز بڑے دماغ ہی میں ہوتے ہیں اور یہ ماتحت مراکز کو احکام صادر کرتے ہیں۔

2۔ چھوٹا دماغ: یہ بڑے دماغ کے عقبی حصے کے زیریں کھوپڑی کے پچھلے گڑھے میں ہوتا ہے۔ اس کی سطح پر ابھار نہیں ہوتے بلکہ لمبی گول لکیریں ہوتی ہیں۔

3۔ درمیانی دماغ یا پُل: یہ حرام مغز کے گرد گھومتا ہوا بڑے دماغ کے دونوں طرف کے نیم کرّوں کو باہم ملاتا ہے۔

4۔ سر حرام مغز: (نخاع مستطیل) یہ حرام مغز کا بالائی موٹا حصہ ہوتا ہے جو اوپر جا کر درمیانی دماغ میں ختم ہوتا ہے اور نیچے آنے والے حرام مغز کو دماغ سے ملاتا ہے۔

حرام مغز (نخاع) کی لمبی ڈوری ریڑھ کی ہڈی کی نالی کے اندر دُمچی سے لے کر اوپر آ کر دماغ کے اس آخری حصے (حرام مغز) سے مل جاتی ہے۔ اس ڈوری میں ماتحت مرکز ہوتے ہیں جو دماغ کے حرکتی احکام کو بدن کے مختلف حصوں تک پہنچاتے ہیں اور بدن سے آنے والے تمام حسی پیغاموں کو دماغ تک لے جاتے ہیں۔ حرکتی احکام سے ہمارے ہاتھ پاؤں وغیرہ حرکت کرتے ہیں اور حسی پیغاموں سے ہمیں دکھ درد، سردی و گرمی اور چھونے وغیرہ کا احساس ہوتا ہے۔

دماغ کے پاس جسم انسانی کے ہر گوشے بلکہ رُوئیں رُوئیں سے پیغامات اور اطلاعات پہنچتی رہتی ہیں اور وہ بلا تکان ان سب امور کو انجام دیتا ہے اور موقع محل کی مناسبت سے اپنے ماتحتوں کو احکام جاری کرتا رہتا ہے۔ دماغ نہ صرف نقل و حرکت کے احکام صادر کرتا ہے بلکہ اسی کے اشاروں پر ہم بولتے اور بات چیت کرتے ہیں۔ اسی کی وجہ سے ہمیں چھونے، دیکھنے، سننے، سردی و گرمی، درد تکلیف بلکہ اچھے اور برے تک کا احساس ہوتا ہے۔ دماغ ہی گئی گذری باتوں کی یاد ہمارے حافظے میں محفوظ رکھتا اور تازہ کرتا ہے وہی سوچتا، سمجھتا اور پرکھتا ہے۔ وہی ہمارے تمام خیالات و جذبات کا سرچشمہ و خزانہ ہے، اسی لئے ضروری ہے کہ جسم کے دوسرے حصوں کے ساتھ دماغ کو صحیح، تن درست، چست اور چوکنا رکھنے کے لئے خاص احتیاط کریں۔ اسے اچھی باتوں کی تربیت دیں اور بری باتوں سے بچائیں ورنہ اس کی خرابی سے بدن کے دوسرے حصے بے قاعدہ، بے قابو اور بے ڈھنگے ہو جائیں گے۔ اپنا کام ٹھیک وقت پر اور خوبی کے ساتھ نہیں کریں گے۔ ایک حصہ دوسرے حصوں کے کاموں میں دخل دے

کر رکاوٹ پیدا کرنے لگے گا اور سارا نظام جسم درہم برہم ہو کر جسم انسانی کمزور پڑ جائے گا۔

دماغ کو قوی کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ ہم ہر وقت ہر چیز چاہے کھیل ہو کام ...... پوری توجہ سے کریں۔ اچھے خیالات رکھیں، ہر چیز کے اچھے برے کو اچھی طرح سوچیں، سمجھیں، اچھی چیز کو اختیار کریں، بری باتوں سے پرہیز کریں اور خوش مزاجی کی عادت ڈالیں۔ ان چیزوں کی مشق سے دماغ کو تربیت حاصل ہوتی ہے جس سے وہ قوی ہوتا ہے اور پھر ان سب اچھے کاموں کو بہ آسانی کرسکتا ہے۔ اس طرح رفتہ رفتہ ہمیں خوش مزاجی، نیکی اور سچائی کی عادت ہوجاتی ہے اور ہمیں اپنے تمام افعال وکردار پر قابو حاصل ہوجاتا ہے۔

یاد رکھنا چاہئے کہ اگر دماغ کو اچھی باتوں کو تربیت نہ دی جائے تو وہ بہت جلد بری عادتیں سیکھ لیتا ہے اور دماغ کی بری عادتوں کو چھڑانا بہت ہی مشکل ہوتا ہے۔ بے فکری سے دماغ کو نقصان پہنچتا ہے اور بے توجہی سے کام کرنے لگتا ہے۔ جھوٹ بھی دماغ پر برا اثر رکھتا ہے جس سے وہ غلط خیالی میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ بدمزاجی اور جھٹلانے سے دماغ کو کافی نقصان پہنچتا ہے اور اس سے ہماری قوت ارادی کمزور ہوجاتی ہے۔ جدید میڈیکل سائنس کے مطابق آٹھ سال سے کم عمر کے بچوں کے لئے گیارہ گھنٹے سونا ضروری ہے۔ دن کے وقت تھکے ہوئے دماغ کو آرام دینے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ اپنے کام کو بدل دیا جائے چونکہ مختلف کاموں کے لئے دماغ کے جدا جدا حصے یا مرکز کرتے ہیں اس لئے تبدیلی کے عمل سے دماغ واعصاب کو تقویت ملتی ہے اور وہ غیر محسوس طریقے سے بآسانی آرام کرتا ہے۔

دماغ سمیات کی بہت تھوڑی مقدار سے جلد متاثر ہوجاتا ہے۔ اس لئے ہمیں اپنے خون کو شراب، تمباکو اور آلودگی سے بچانا چاہئے۔ خون کے ذریعے یہ سمیات دماغ میں پہنچ کر نقصان پیدا کرتی ہیں۔ اسی طرح بدن کے فاسد فضلات بھی اگر اچھی طرح سے خارج نہ ہوں تو وہ ہمارے خون میں جذب ہو کر زہریلا کردیتے ہیں۔ یاد رکھنا چاہئے کہ حافظے کا تعلق دماغ سے ہے۔ اگر آپ کو یہ شکایت ہے کہ آپ چیزوں کو بھول جاتے ہیں، باتیں یاد نہیں رہتیں، اسباق یاداشت سے نکل جاتے ہیں تو غور کرنا چاہئے کہ آپ نے کہیں دماغ سے ضرورت سے زیادہ بار تو نہیں ڈالا ہے۔ اپنے دماغ سے آپ جتنا کام لیں اسے اتنا ہی آرام کا موقعہ بھی دیجئے۔

دماغی امراض میں لقوہ، استرخاء، حذریہ اور عسر البر نہایت خطرناک ہیں۔ ان امراض

کی ابتداء دماغ کے اندر ایک قسم کی سوزش سے شروع ہوتی ہے۔ عام طور پر ان امراض کا علاج گرم وخشک ادویہ سے کیا جاتا ہے لیکن مرض کے ابتدائی درجے میں ہونے کے باعث یہ ادویہ فائدہ دینے کے بجائے الٹا نقصان دیتی ہیں۔ شہد اور کلونجی صحت دماغی کے لئے بہترین ٹانک ثابت ہوسکتے ہیں خصوصاً اس موقعہ پر یونانی اطباء نے مریض کے لئے "ماء العسل" تجویز کیا ہے جو کہ حقیقتاً دماغی امراض کا مجرب علاج ہے۔ ابتدائی مرض میں مریض کو ماء العسل کے سوا اور کوئی چیز دینا نہیں چاہئے۔

ماء العسل بنانے کا طریقہ:

طریقہ تیاری: چار سیر پانی میں دو سیر شہد خالص ملا کر جوش دیں اور دوران جوش اس پر آنے والی جھاگ اتارتے جائیں جب تمام مرکب کا وزن چار سیر باقی رہ جائے تو اتار لیں۔

اسے ماء العسل سادہ کہا جاتا ہے جو کہ معدہ کو تقویت دیتا ہے اور بھوک میں اضافے کا موجب بنتا ہے۔ یہ پیشاب جاری کرتا ہے اور لیس دار اخلاط کو کاٹتا ہے۔ یہ غلیظ بلغم پکا کر خارج کرتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ اعصاب اور دماغ کے سرد امراض کو دور کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے اور وجع المفاصل کے لئے مجرب ومفید ہے۔

مقدار خوراک: اس کی خوراک پونے دو تولے تک استعمال کرنا مفید ہوتا ہے اگر مریض طبعی لحاظ سے گرم مزاج واقع ہو اور ماء العسل کی حدت وتیزی اس کی برداشت سے باہر ہو تو ماء العسل کی تیاری میں پانی کی مقدار بڑھا دی جاتی ہے۔ پانی شہد سے چار گنا یا اس سے بھی زیادہ ڈالا جاسکتا ہے۔

مرض فالج کیا ہوتا ہے؟

یہ ایک ناقابل علاج بیماری ہے جس میں مریض کے نصف بدن کے اعضاء موقوف ہو جاتے ہیں اور مریض حرکت کرنے، چلنے پھرنے اور خود اٹھنے سے معذور ہوجاتا ہے۔ ابتدائے زمانہ میں اس کے لئے ماء العسل دیا جاتا ہے۔ اس کے بعد خلط کا نفخ کرکے اس کا تنقیہ کیا جاتا ہے۔ اس کے بعد گرم ادویہ کو شہد کے ساتھ معجون بنا کر دی جاتی ہیں۔ اس مرض کے مختلف اسباب ہوتے ہیں لیکن یہ مرض عموماً بڑھاپے میں بلغمی رطوبات کی زیادتی کے باعث لاحق ہوتا

Scanned with CamScanner

ہے۔کبھی کبھار دماغی رطوبات بچوں میں دماغی شریانوں کے سدے یا آخری عمر میں غلبہ یبوست اور دماغ کی باریک عروق کے انصداع کی وجہ سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔

پچاس برس کی عمر کے بعد جبکہ رگوں میں نرمی و لچک کے بجائے سختی اور کرختگی پیدا ہو جاتی ہے ایسے میں اگر خون کا دباؤ کسی بھی وجہ سے اچانک بڑھ جائے تو دماغ کی باریک رگیں اپنی نزاکت کے باعث شق ہو جاتی ہیں اور ان میں سے خون اور رطوبت مترشح ہو کر دماغی اعصاب یا دماغی اور نخاعی دونوں اعصاب کے منافذ کو بند کر دیتی ہے اور بدن کے جس حصے میں یہ صورت پیدا ہوتی ہے اسی طرف کا کوئی عضو یا اعضاء کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔کبھی کبھار دونوں حصوں پر اس مرض کا یکساں اثر پڑتا ہے اور تمام جسم بے کار ہو جاتا ہے لیکن ایسا کم ہی دیکھنے میں آیا ہے۔ایسی صورت عام طور پر مجنون مریض کو لاحق ہوتی ہے۔

فالج کے علاج میں سب سے پہلے جس تدبیر کی ضرورت ہوتی ہے وہ یہ کہ خون کا دباؤ جو عروق کے انصداع کا باعث ہوتا ہے یا بلغمی رطوبات کی زیادتی کو کم کیا جائے، اگر مریض کی قوت اجازت دے تو فصد کی جائے اور خون کی اتنی مقدار خارج کی جائے کہ رگوں کا تناؤ کم ہو جائے لیکن اگر فصد ممکن نہ ہو تو مریض کو لگاتار فاقے کرائے جائیں، اگر مریض ضعیف ہو تو اس کی غذا مکمل طور پر بند نہ کی جائے بلکہ اسے شوربہ وغیرہ جیسی نرم غذائیں دی جاتی رہیں۔اگر مادہ میں ہیجان ہو یعنی حملہ مرض کے بعد بھی مریض گھبراہٹ، بے چینی، اعضاء کا سن ہو جانا یا تشنج ہوتا ہو تو ابتداء میں معمولی تلئین دینی چاہیے تا کہ مواد کے ہیجان میں کمی واقع ہو۔اس کے بعد جب مواد میں کمی ہو جائے تو باقاعدہ منضج پلا کر مسہل دیئے جائیں۔حملہ مرض کے فوراً مسہل نہیں دینا چاہئے ورنہ مادّہ کی ہیجانی کیفیت کے بڑھ جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

معجونِ فالج کا پہلا نسخہ:

ہو الشافی: لہسن چھلا ہوا 1/2 کلو- گائے کا دودھ تازہ تین پاؤ- دیسی گھی 1/2 کلو- مرچ سیاہ نو ماشہ- فلفل دراز نو ماشہ- سونٹھ نو ماشہ- دارچینی نو ماشہ- کبابہ نو ماشہ- جوز بواء نو ماشہ- عاقر قرحا نو ماشہ- خولنجاں نو ماشہ- زعفران سات ماشہ- شہد تین پاؤ۔

طریقہ تیاری: لہسن کو قدرے کچل کر گائے کے دودھ میں ڈالیں اور کسی تانبے کے برتن میں

ڈال کر آگ پر چڑھا دیجئے۔جب لہسن دودھ میں اچھی طرح گل جائیں تو انہیں اچھی طرح مسل کر یکجان کر لیں اور اس میں گھی ڈال کر خوب بھون لیں، اس کے بعد مرچ سیاہ، فلفل دراز، سونٹھ، دارچینی، کبابہ، جوز بواء، عاقر قرحا، خولنجان اور زعفران ڈال کر ہلکا سا بھونیں اور اتار لیں سرد ہونے پر آخر میں شہد ڈال کر اچھی طرح یکجان کر لیں اور معجون بنا لیں اس دوا کو صاف جار میں ڈال کر رکھ دیں۔

مقدار خوراک: دن میں تین مرتبہ اور مرض کی شدت میں چار مرتبہ صرف نو ماشہ سے ایک تولہ کی مقدار میں ہی استعمال کرائیں۔

معجونِ فالج کا دوسرا نسخہ:

ہو الشافی: زعفران ڈیڑھ ماشہ- دارفلفل دو ماشہ- مشک خالص 1/2 ماشہ- ہڑتال ورقیہ ایک تولہ- عاقر قرحا تین ماشہ- جلوتری تین ماشہ- جائفل تین ماشہ- خولنجان تین ماشہ- قرنفل تین ماشہ- دارچینی تین ماشہ- مرچ سیاہ تین ماشہ- الائچی خورد چھ ماشہ- الائچی کلاں چھ ماشہ- شہد خالص تمام ادویہ کے وزن سے تین گنا زیادہ۔

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ سب اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور پھر اس سفوف کو شہد میں ملا کر اچھی طرح یکجان کر لیں اور شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: دن میں تین مرتبہ یہ دوا بہ مقدار دو ماشہ لے کر مرغ یا کبوتر کے شوربہ سے استعمال کریں۔

مرض بلغمی فالج اور شہد سے علاج:

ہو الشافی: شہد خالص- عرق ادرک- عرق پیاز- تمام ہم وزن۔

طریقہ تیاری: تینوں اجزاء باہم ملا کر ایک بوتل میں ڈال دیجئے اور خیال رکھیے کہ بوتلوں کا ایک چوتھائی حصہ خالی رہے۔اسے کسی سایہ دار جگہ پر رکھ دیں اور تین سے پانچ دن کے بعد استعمال میں لائیں۔

مقدار خوراک: فالج اور لقوہ کے لئے اس دوا کی مقدار خوراک چھ ماشہ دن میں تین مرتبہ پینی

Scanned with CamScanner

شروع کریں اور بقدر برداشت طبع اس کی مقدار دوگنا کرتے جائیں، اگر یہ ممکن نہ ہوتو ایک ماشہ روزانہ بڑھائیے۔

مرض فالج باردہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: کچلہ مدبر ایک تولہ۔ بیخ حنظل ایک تولہ۔ سیاہ مرچ چھ ماشہ۔ مالکنگنی چھ ماشہ۔ مقل ارزق چھ ماشہ۔ ماءالعسل (شہد کا پانی) ایک بوتل۔

طریقہ تیاری: مقل ارزق کو پانی میں ڈال کر اچھی طرح حل کرلیں اور دیگر اجزاء ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور اس محلول میں ملا کر کھرل کریں اور پھر چنے کے برابر گولیاں گوندھ لیں۔

مقدار خوراک: ایک گولی صبح اور ایک گولی شام کے وقت مریض کو ماءالعسل کے ساتھ کھلائیں۔ ماءالعسل کی جتنی مقدار مریض پی سکے اسے پلائیں۔ یہ دوا فالج، لقوہ اور امراض باردہ میں نہایت مفید تسلیم کی گئی ہے۔

سردی اور معدے کی خرابی سے ہونے والا فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: گل بابونہ دو تولہ۔ اکلیل الملک دو تولہ۔ تخم خطمی دو تولہ۔ حاشا دو تولہ۔ قنطوریون دقیق دو تولہ۔ تربد سفید ایک تولہ۔ برگ سنائی ایک تولہ۔ عناب بیس عدد۔ سپستاں بیس عدد۔ مغز املتاس پانچ تولہ۔ شکر سرخ چار تولہ۔ روغن بید انجیر دو تولہ۔ عرق گاؤزبان بیس تولہ۔ شہد خالص پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: عرق گاؤزبان، شہد اور روغن بید انجیر کے علاوہ سب اجزاء کو کسی بڑے برتن میں ڈال کر اس میں دو سیر پانی شامل کردیں اور خوب جوش دیں تاکہ اجزاء کا اثر پانی میں پہنچ جائے۔ اس کے بعد اسے نیم گرم حالت میں اس میں موجود اجزاء کو اچھی طرح مسل کر پانی کو چھان کر رکھ لیجئے۔ اس کے بعد اس پانی میں روغن بید انجیر شامل کر دیں۔ یہ دوا نمبر ایک ہے۔ اب شہد اور عرق گاؤزبان کو باہم ملا کر جوش دیں جب ایک تہائی حصہ خشک ہوجائے تو اسے اتار کر ٹھنڈا کرلیں اور جار میں ڈال کر رکھ دیں۔ یہ دوا نمبر ۲ ہے۔

مقدار خوراک: دوا نمبر ایک سے دن میں دو مرتبہ مریض کا حقنہ کرائیں۔ تاکہ فاسد مادے خارج ہوسکیں۔ دوا نمبر ۲ مریض کو دن میں کم از کم پانچ مرتبہ ضرور پلائیں، بلکہ مریض جب بھی کچھ کھانے کی فرمائش کرے اسے صرف یہی دوا استعمال کرائیں اس کے علاوہ کوئی چیز مریض کو نہیں کھلانا چاہئے۔ یہ سلسلہ پانچ دن تک جاری رکھنا چاہئے اس کے بعد مریض کو ہلکی پھلکی غذا شوربہ وغیرہ دی جاسکتی ہے مگر کم مقدار میں۔ اس دوا کے استعمال کے دوران چار یا تین دست ہوں گے تو سمجھئے کہ یہ دوا صحیح کام کررہی ہے اگر قبض جاری رہے تو دوا کی مقدار بڑھا دینا مناسب ہوتا ہے۔

مرض لکنتِ فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: بادیان سات ماشہ۔ بیخ بادیان سات ماشہ۔ بیخ کرفس سات ماشہ۔ بیخ اذخر سات ماشہ۔ پرسیاؤشاں سات ماشہ۔ اصل السوس پانچ ماشہ۔ انجیر زرد چار عدد۔ گاؤزبان پانچ ماشہ۔ اسطوخودوس سات ماشہ۔ تخم کشوث پانچ ماشہ۔ در پارچہ کبتہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو ایک پیالی گرم پانی میں ڈال کر رات بھر بھگوئیں، صبح اٹھ کر ان سب اجزاء کو اچھی طرح مسل کر پانی کو چھان کر چار تولہ شہد خالص میں شامل کرکے اچھی طرح پھینٹ لیں اور صاف شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: مریض کو چھ ماشہ کی مقدار میں دوا، دن میں تین مرتبہ چٹائیں۔ اس سے فالج کی وجہ سے زبان میں پیدا ہوجانے والی لکنت کو فائدہ ہوتا ہے اور ایک ماہ کے مسلسل استعمال سے فالج زدہ مریض صحیح تلفظ ادا کرنے میں کامیاب ہوسکتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ دوا مرض فالج ولقوہ میں بھی مفید ثابت ہوتی ہے۔

اثراتِ فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: برگ سناء مکی سات ماشہ۔ ترنجبین چار تولہ۔ مغز فلوس پانچ تولہ۔ شکر سرخ چار تولہ۔ شیرہ بادام پانچ دانہ۔ شہد خالص چار تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو باہم پیس کر شہد میں ملا کر معجون بنالیں اور صاف شیشی میں رکھ

Scanned with CamScanner

شروع کریں اور بقدر برداشت طبع اس کی مقدار دوگنا کرتے جائیں، اگر یہ ممکن نہ ہو تو ایک ماشہ روزانہ بڑھایئے۔

مرض فالج باردہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: کچلہ مدبر ایک تولہ۔ بیخ حنظل ایک تولہ۔ سیاہ مرچ چھ ماشہ۔ مالکنگنی چھ ماشہ۔ مقل ارزق چھ ماشہ۔ ماء العسل (شہد کا پانی) ایک بوتل۔

طریقہ تیاری: مقل ارزق کو پانی میں ڈال کر اچھی طرح حل کریں اور دیگر اجزاء ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور اس محلول میں ملا کر کھرل کریں اور پھر چنے کے برابر گولیاں گوندھ لیں۔

مقدار خوراک: ایک گولی صبح اور ایک گولی شام کے وقت مریض کو ماء العسل کے ساتھ کھلائیں۔ ماء العسل کی جتنی مقدار مریض پی سکے اسے پلائیں۔ یہ دوا فالج، لقوہ اور امراض باردہ میں نہایت مفید تسلیم کی گئی ہے۔

سردی اور معدے کی خرابی سے ہونے والا فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: گل بابونہ دو تولہ۔ اکلیل الملک دو تولہ۔ تخم خطمی دو تولہ۔ جاشا دو تولہ۔ قنطوریون دقیق دو تولہ۔ تربد سفید ایک تول۔ برگ سنائی ایک تولہ۔ عناب بیس عدد۔ سپستاں بیس عدد۔ مغز املتاس پانچ تولہ۔ شکر سرخ چار تولہ۔ روغن بید انجیر دو تولہ۔ عرق گاؤزبان بیس تولہ۔ شہد خالص پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: عرق گاؤزبان، شہد اور روغن بید انجیر کے علاوہ سب اجزاء کو کسی بڑے برتن میں ڈال کر اس میں دو سیر پانی شامل کر دیں اور خوب جوش دیں تاکہ اجزاء کا اثر پانی میں پہنچ جائے۔ اس کے بعد اسے نیم گرم حالت میں اس میں موجود اجزاء کو اچھی طرح مسل کر پانی کو چھان کر رکھ لیجئے۔ اس کے بعد اس پانی میں روغن بید انجیر شامل کر دیں۔ یہ دوا نمبر ایک ہے۔ اب شہد اور عرق گاؤزبان کو باہم ملا کر جوش دیں جب ایک تہائی حصہ خشک ہو جائے تو اسے اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور جار میں ڈال کر رکھ دیں۔ یہ دوا نمبر۲ ہے۔

مقدار خوراک: دوا نمبر ایک سے دن میں دو مرتبہ مریض کا حقنہ کرائیں۔ تاکہ فاسد مادے خارج ہو سکیں۔ دوا نمبر۲ مریض کو دن میں کم از کم پانچ مرتبہ ضرور پلائیں، بلکہ مریض جب بھی کچھ کھانے کی فرمائش کرے اسے صرف یہی دوا استعمال کرائیں اس کے علاوہ کوئی چیز مریض کو نہیں کھلانا چاہئے۔ یہ سلسلہ پانچ دن تک جاری رکھنا چاہئے اس کے بعد مریض کو ہلکی پھلکی غذا شوربہ وغیرہ دی جا سکتی ہے مگر کم مقدار میں۔ اس دوا کے استعمال کے دوران چار یا تین دست ہوں گے تو سمجھئے کہ یہ دوا صحیح کام کر رہی ہے اگر قبض جاری رہے تو دوا کی مقدار بڑھا دینا مناسب ہوتا ہے۔

مرض لکنتِ فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: بادیان سات ماشہ۔ بیخ بادیان سات ماشہ۔ بیخ کرض سات ماشہ۔ بیخ اذخر سات ماشہ۔ پرسیاؤشاں سات ماشہ۔ اصل السوس پانچ ماشہ۔ انجیر زرد چار عدد۔ گاؤزبان پانچ ماشہ۔ اسطوخودوس سات ماشہ۔ تخم کشوث پانچ ماشہ۔ در پارچہ کبتہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو ایک پیالی گرم پانی میں ڈال کر رات بھر بھگوئیں، صبح اُٹھ کر ان سب اجزاء کو اچھی طرح مسل کر پانی کو چھان کر چار تولہ شہد خالص میں شامل کر کے اچھی طرح پھینٹ لیں اور صاف شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: مریض کو چھ ماشہ کی مقدار میں دوا' دن میں تین مرتبہ چٹائیں۔ اس سے فالج کی وجہ سے زبان میں پیدا ہو جانے والی لکنت کو فائدہ ہوتا ہے اور ایک ماہ کے مسلسل استعمال سے فالج زدہ مریض صحیح تلفظ ادا کرنے میں کامیاب ہو سکتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ دوا مرض فالج و لقوہ میں بھی مفید ثابت ہوتی ہے۔

اثراتِ فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: برگ سناء مکی سات ماشہ۔ ترنجبین چار تولہ۔ مغز فلوس پانچ تولہ۔ شکر سرخ چار تولہ۔ شیرہ بادام پانچ دانہ۔ شہد خالص چار تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو باہم پیس کر شہد میں ملا کر معجون بنالیں اور صاف شیشی میں رکھ

Scanned with CamScanner

لیں۔یہ معجون بن جائے گا۔

مقدار خوراک: یہ دوا صبح کے وقت استعمال کی جاتی ہے۔نو ماشہ کی مقدار میں مریض کو کھلائی جائے اور اس دوران دست ہوں تو ٹھیک ہے ورنہ دوا بدل دیں۔یہ فالج کے اثرات کو زائل کرتی ہے اور لقوہ میں بھی مفید ہے۔

کمزوری اعصاب کا فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: (1) ماء العسل بادیان چھ ماشہ-شہد خالص دو تولہ-

(2) بادیان سات ماشہ- بیخ بادیان سات ماشہ- مویز منقی نو عدد- بیخ کرفس سات ماشہ- بیخ اذخر سات ماشہ- انجیر زرد چار عدد- تخم کشوث پانچ ماشہ- دریارچہ بستہ- اسطوخودوس سات ماشہ- اصل السوس پانچ ماشہ- پرسیاؤ شاں سات ماشہ- گاؤزبان پانچ تولہ-

(3) دوالمسک پانچ ماشہ- عرق بادیان بارہ تولہ- شہد دو تولہ-

(4) کائفل سرخ چھ ماشہ- زنجبیل چھ ماشہ-

طریقہ تیاری وطریقہ استعمال: ماء العسل اور شہد چار تولہ کو جوش دے کر مریض کو تازہ استعمال کرائیں اور اس دوران کسی قسم کی دوسری غذا استعمال نہ کرنے دیں یعنی غذا قطعی بند رکھیں۔ تین دن کے بعد ضعف بڑھنے پر کبوتر یا مرغ کی یخنی یا پتلا شوربہ دن میں ایک مرتبہ پلائیں اس دوران دستوں کے ذریعے فاسد مادے خارج ہوں گے پریشانی کی کوئی بات نہیں ہے۔صرف اس بات کا خیال رکھیں کہ قبض نہ ہونے پائے۔اس کے بعد چوتھے دن اجزاء نمبر۲ لے کر رات کو گرم پانی میں بھگوئیں اور صبح اٹھ کر ان سب اجزاء کو اچھی طرح مسل کر پانی میں حل کریں اور پانی کو چھان کر شہد چار تولہ ڈال کر استعمال کریں۔شام کے وقت اجزاء نمبر۳ کو باہم ملا کر جوش دے کر استعمال کریں اگر اس دوران خفیف دورہ پڑ جائے تو بے فکر رہیں۔ چھٹے دن اجزاء نمبر۴ کو باریک پیس کر ہاتھ پاؤں کی مالش کی جائے تاکہ رگیں متحرک ہوں اور خون کا دوران اعتدال پر آسکے۔ اس دوران غذا میں مرغ کا شوربہ اور یخنی کا استعمال جاری رکھیں تاکہ کمزوری کا احساس نہ ہوسکے۔یہ دوا کمزوری اعصاب اور قوت ہاضمہ کی خرابی بننے باعث ہونے والے فالج

میں دل کے زیادہ ضعیف ہوجانے پر استعمال کی جاتی ہے۔یہ بڑھاپے کے فالج میں بھی مفید ہے۔دوا کے استعمال کے دوران اطریفل ملین، عرق بادیان میں نیم گرم کرکے استعمال کرانے سے دست جاری ہوتے ہیں، مسہل کا استعمال فالج میں بے حد ضروری ہوتا ہے۔

مرض اختناقِ فالج اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: چوب چینی پانچ تولہ-عرق گاؤزبان 20 تولہ-شہد خالص دو تولہ-

طریقہ تیاری: چوب چینی کو ریزہ ریزہ کرکے عرق گاؤزبان میں ڈال کر دھیمی آنچ پر جوش دیں اور جب یہ ایک چوتھائی حصہ باقی رہ جائے تو اس میں شہد ملا کر اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے پر محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا صبح وشام ایک تولہ کی مقدار میں دو تولہ ماء العسل کے ساتھ پئیں۔اس سے فالج کے بقیہ آثار کی موجودگی کے باعث پیدا ہونے والے ہسٹیریا یعنی اختناق میں فائدہ ہوتا ہے اس دوا کے استعمال کے دوران جدوار ایک ماشہ اور عود صلیب ایک ماشہ لے کر باریک پیس کر خمیرہ گاؤزبان عنبری سات ماشہ میں ملا کر رات کو سوتے وقت کھانا مفید ہوتا ہے۔اس کے علاوہ روغن شیر اور روغن لبوب سبعہ کو مساوی الوزن ملا کر جسم کے ماؤف حصے کی مالش کرنا چاہئے۔یہ کورس دو ماہ تک جاری رکھنا چاہئے۔

معجون کلونجی برائے فالج:

ہوالشافی: جند بیدستر 1 تولہ، کلونجی 5 تولہ، اجوائن دیسی 5 تولہ، سہاگہ بریاں 5 تولہ، فلفل دراز 5 تولہ، فلفل سیاہ 5 تولہ، پیلا مول 5 تولہ، سنا مکی 5 تولہ، زیرہ سیاہ 5 تولہ۔

ترکیب ساخت: تمام ادویہ کو باریک پیس کر ایک کلو شہد خالص میں ملا کر معجون تیار کریں۔

ترکیب استعمال: صبح، دوپہر اور شام ایک چمچ یومیہ استعمال کریں۔مسلسل چند ایام پھر حیرت انگیز فوائد کا نظارہ کریں اور شافی مطلق کی قدرت کاملہ کا شکریہ ادا کریں۔

فوائد: جوڑوں کے پرانے درد، گٹھیا، یوریا اور یورک ایسڈ کی زیادتی دائمی قبض، اعصابی کھچاؤ، پٹھوں کی کمزوری اور فالج ولقوہ کے مایوس مریض کا علاج بلکہ مایوس کے لئے پیغام شفاء ہے۔

Scanned with CamScanner

معجونِ کلونجی برائے لقوہ و فالج:

ھوالشافی: ہر روز تیل کلونجی ایک قطرہ متاثرہ جگہ کے مخالف نتھنے میں ڈالیں اور کلونجی دس قطرے ایک چمچ شہد خالص میں ملا کر پلائیں۔ انشاء اللہ کامیابی آپ کے قدم چومے گی۔

فالج کا علاج:

ھوالشافی: عمدہ روغن کلونجی کا سعوط کرایا جائے تو یہ فالج کے اثرات ختم کرتا ہے۔

سعوطات نافعہ:

سردی کی وجہ سے دماغ، فالج، لقوہ، شقیقہ۔ نیز ہر سردی والے درد کے لئے نافع ہے۔

ھوالشافی: مقمر، کلونجی، فربیون، جاوشیر، ایک تین گرام، فریق سفید و سیاہ بورہ ارمنی، کندس، ہر ایک 8 ماشہ۔ جند بیدستر، زعفران ہر ایک 2 ماشہ۔ تمام ادویہ مرزنجوش کے پانی میں گوندھ لیں اور عورتوں کے دودھ اور گلاب کے روغن اور 8 ماشہ ملا کر سعوط کریں۔

مرض لقوہ کیا ہوتا ہے؟

لقوہ اور فالج اپنے اسباب و علاج کے لحاظ سے بالکل مشترک ہیں، فرق صرف اتنا ہے کہ فالج کا اثر عام ہوتا ہے جبکہ لقوہ کا اثر صرف چہرہ اور دماغ کے قریبی اعضاء کے ساتھ خاص ہوتا ہے۔ اس مرض میں مریض کا چہرہ ایک جانب سے کھنچ جاتا ہے، متاثرہ جانب ماؤف ہو جاتی ہے اور آنکھ بند نہیں ہو سکتی، منہ ٹیڑھا ہو جاتا ہے، اس سے رال بہتی رہتی ہے، الفاظ اچھی طرح ادا نہیں ہو سکتے ہیں، ہنستے ہوئے منہ کا ٹیڑھا پن نمایاں ہو جاتا ہے۔ یہ ایک سخت و تکلیف دہ مرض ہوتا ہے۔ ابتداء میں اس کا علاج ماء العسل سے کیا جاتا ہے، تنقیہ کے بعد شہد کا استعمال فائدہ مند ثابت ہوتا ہے لقوہ کے علاج میں اکثر معجونیں استعمال کی جاتی ہیں۔

اس مرض کے آغاز میں سر کے عقبی حصے پر خفیف سا درد شروع ہوتا ہے جو کہ قریباً رات بھر جاری رہتا ہے اور چکر آنے کی شکایت بھی پیدا ہو جاتی ہے، اس کے بعد داہنی یا بائیں آنکھ پھڑکنے لگتی ہے اور اس کے پھڑکنے کے اثرات گال پر بخوبی محسوس ہوتے ہیں اس دوران بھوک

کم محسوس ہوتی ہے اور عموماً قبض کی شکایت لاحق رہتی ہے۔ سردی میں عام طور پر اور خصوصاً چہرہ کو ٹھنڈک زیادہ محسوس ہوتی ہے۔ چہرہ کے دائیں جانب کا حصہ قدرے سن ہو جاتا ہے یا محسوس ہوتا ہے۔ اس کے بعد چہرہ کی ساخت بگڑنا شروع ہو جاتی ہے اور ایک حصہ سن ہو کر لقوہ میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ایسے میں کلی نہیں کی جا سکتی، آنکھ پوری طرح نہیں بند ہوتی۔

فالج اور لقوہ امراض باردہ مزمنہ میں شمار کئے جاتے ہیں۔ ان کے علاج کے متعلق اطباء نے مختلف قسم کے خیالات پیش کئے ہیں چنانچہ اطباء کی ایک جماعت نے ان امراض کو دورہ قمری کے تابع تصور کرتے ہوئے یہ رائے قائم کی ہے کہ یہ امراض چھ ماہ تک قابل علاج ہوتے ہیں اس کے بعد ان کا علاج پذیر ہونا مشکل ہو جاتا ہے لیکن تجربات کی روشنی میں یہ بات صاف ظاہر ہو چکی ہے کہ ان امراض کے علاج پذیر ہونے میں کلیتہً کسی خاص مدت کا تعین صحیح نہیں ہے اس لئے اس سے زیادہ مدت کے مریض بھی مناسب علاج سے تندرست ہو جاتے ہیں۔

حقیقت یہ ہے کہ جب تک ان اعضاء میں تر و تازگی برقرار رہتی ہے جو ان امراض کا شکار ہوتے ہیں اس وقت تک یہ قابل علاج ہوا کرتے ہیں خواہ مرض کے حملہ کے بعد کتنا ہی عرصہ کیوں نہ گذر چکا ہو لیکن اس وقت جب اعضائے ماؤف کی تر و تازگی جاتی رہتی ہے اور ان میں خشکی و لاغری کا اثر غالب آ جاتا ہے تب یہ امراض نا قابل علاج بن جاتے ہیں۔

اسی طرح کبر سنی کے زمانہ میں خصوصاً ایسی حالت میں جبکہ قویٰ میں غیر معمولی ضعف آ چکا ہو۔ یہ امراض نا قابل علاج نہیں تو عسیر العلاج ضرور ہو جاتے ہیں۔ بڑھاپے کی عمر میں اگر رعشہ کی شکایت پیدا ہو جائے تو یہ علاج پذیر نہیں ہوتی۔ مرض فالج نوجوانوں میں خطرناک ہوتا ہے اور دیر تک اس کے علاج کی ضرورت محسوس ہوتی ہے اگر سکتہ کے بعد فالج ہو تو یہ بھی بہت کم اچھا ہوتا ہے۔

شہد کی معجونِ لقوہ:

ھوالشافی: عاقر قرحا ایک تولہ۔ سونٹھ ایک تولہ۔ خردل ایک تولہ۔ وج ایک تولہ۔ جوز بواء نو ماشہ۔ فلفل دراز نو ماشہ۔ قرنفل چھ ماشہ۔ فلفل گرد نو ماشہ۔ مصطگی چھ ماشہ۔

طریقہ تیاری: سب ادویہ کو باریک پیس کر ان کے مجموعی وزن کے برابر شہد ملا کر اچھی طرح

Scanned with CamScanner

حل کرتے ہوئے معجون تیار کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا انگلی سے منہ کے اندر ماؤف جانب ملیں اور لعاب دہن کو منہ سے باہر گراتے رہیں۔ اس کے لگاتار استعمال سے چہرہ واپس اپنی اصلی حالت میں آجائے گا اور مرض جاتا رہے گا۔ یاد رکھیے یہ مرض دیر سے جاتا ہے لہٰذا دوا کا استعمال کافی طویل عرصہ تک جاری رکھنا ہوگا۔

مرض لقوہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: جائفل۔شہد خالص۔

طریقہ استعمال: مریض کو اندھیرے کمرے میں بٹھا کر اس کے منہ میں جائفل دے دیں جسے وہ ہر وقت منہ میں ہی دبائے رکھے اور لعاب گراتا رہے۔ اس کے علاوہ دن میں دو تین مرتبہ اسے ماء العسل بادیاں (سونف میں بنایا ہوا) پانچ تولے نیم گرم پلائیں۔ یہ لقوہ کے لئے انتہائی مجرب نسخہ ہے۔ لقوہ کے مریض کو چار دن کے بعد شہد کا بھی استعمال کرائیں اور کم از کم پانچ دن تک دوا کے علاوہ کوئی چیز کھانے کے لئے نہ دیں بعد ازاں کبوتر کا شوربہ اور ہلکی سی پھلکا چپاتی استعمال کرائیں۔ تاکہ ضعف کے باعث اسے کوئی مرض لاحق نہ ہو جائے۔ دوران دوا مریض کو مسہل کا استعمال لازمی کرائیں تاکہ فاسد مادوں کا اخراج ہو سکے۔

لقوہ کے لئے روغن کلونجی:

یہ خاص تیل عرق النساء، اگزیما، فالج، محلل ریاح، نقرس، شہوت ابھارنے میں بے حد مفید ہے۔ نیز اگر کان کے سوراخ بند ہو جائیں اور روئی بہزہ ہو جائے تو اس کے قطرات کانوں میں ڈالنے سے پیپ زدہ زخم، کیڑے وغیرہ کا شافی علاج ہے۔

ہوالشافی: میتھی، کلونجی۔ دونوں کو خوب باریک پیس لیں۔ پھر تیل میں ڈال کر آگ پر پکائیں۔ پھر تین یوم پلائیں اور کان میں ٹپکائیں۔

معجونِ کلونجی برائے لقوہ:

ہوالشافی: جند بید ستر 1 تولہ، کلونجی 5 تولہ، اجوائن دیسی 5 تولہ، سہاگہ بریاں 5 تولہ، فلفل دراز 5 تولہ، فلفل سیاہ 5 تولہ، پیلا مول 5 تولہ، سنا مکی 5 تولہ، زیرہ سیاہ 5 تولہ۔

ترکیب ساخت: تمام ادویہ کو باریک پیس کر ایک کلو شہد خالص میں ملا کر معجون تیار کریں۔

ترکیب استعمال: صبح، دوپہر اور شام ایک چمچ یومیہ استعمال کریں۔ مسلسل چند ایام پھر حیرت انگیز فوائد کا نظارہ کریں اور شافی مطلق کی قدرت کاملہ کا شکریہ ادا کریں۔

فوائد: جوڑوں کے پرانے درد، گٹھیا، یوریا اور یورک ایسڈ کی زیادتی دائمی قبض، اعصابی کھچاؤ، پٹھوں کی کمزوری اور فالج ولقوہ کے مایوس مریض کا علاج بلکہ مایوس کے لئے پیغام شفاء ہے۔

مرضِ نسیان کیا ہوتا ہے؟

یہ مرض عموماً کثرت بے خوابی، منشیات کے استعمال میں زیادتی، ذہنی اضمحلال، ذہنی تناؤ یا دباؤ اور لاپروائی کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ اس میں دماغ کی جھلی میں رطوبت فاسدہ کی مقدار قدرے بڑھ جاتی ہے اور یادداشت متاثر ہوتی ہے، حافظہ کمزور ہو جاتا ہے اور نزدیک کی باتیں بھی یاد نہیں رہتی ہیں۔ اگر یہ بیماری شدت اختیار کر جائے تو عقل میں بھی فتور آجاتا ہے۔ اس مرض کا بڑا سبب سردی کا غلبہ ہوتا ہے۔ شہد کا استعمال اس مرض میں بخوبی شفاء بخشتا ہے۔

معجون نسیان اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مالکنگنی مقشر 12 تولہ۔ دار فلفل دس تولہ۔ سونٹھ دس تولہ۔ عاقرقرحا چار تولہ۔ گائے کا گھی۔ شہد خالص۔

طریقہ تیاری: گھی و شہد کے علاوہ باقی سب اجزاء کو ہاون دستہ میں کھرل کر کے باریک پیس لیں اور اسے گھی میں چرب کر لیں اور دو چند شہد شامل کر کے اس کا معجون بنا لیں اور محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: اس کی خوراک چار ماشہ سے نو ماشہ تک استعمال کریں۔ یہ دوا عام دنوں میں بھی استعمال کی جا سکتی ہے کیونکہ یہ دماغ کو تقویت دیتی ہے اور اعصاب پر خوشگوار

اثرات ڈالتی ہے۔ یہ مقوی حافظہ دوا ہے۔

نسخہ کلونجی، تقویت دماغ کے لئے:

ھوالشافی: کلونجی، قرفہ، سنبل ہندی۔ پیس کر شہد میں ملا کر پیشانی پر لیپ کر کے پٹی دماغ پر باندھیں۔ بوقت رات نظر کو قوی کرتا ہے۔ مجرب و اکسیر ہے۔

نسخہ کلونجی، قوتِ حافظہ کے لئے:

ھوالشافی: نسیان دور کرنے کی خاطر کلونجی کے سات عدد دانے لے کر پیس لیں۔ ایک چمچ شہد، کلونجی کا تیل 3 قطرے ملا کر پیا کریں اور دار چینی کے تین چار ٹکڑے دن میں چوس لیا کریں۔

ترکیب استعمال: صبح شام ایک ایک گرام دودھ کے ساتھ کھا لیا کرے۔

ھوالشافی: مرجان شاخ 25 گرام لے کر کوٹ کر عرق گلاب میں 6 دن کھرل کریں مانند غبار ملے گا۔ اب 5 گرام کلونجی پسی ہوئی ملا لیں۔ بس تیار ہے۔

ھوالشافی: ایک چمچ کلونجی آئل 100 گرام پودینے کے جوشاندے کے ساتھ دس دن تک استعمال کریں (جوشاندہ کے لئے) پودینہ ایک گلاس پانی ابال کر چھان لیں۔

نسخہ کلونجی، دماغی کمزوری کے لئے:

ھوالشافی: صبح نہار منہ ڈھائی تولے مکھن یا 5 تولہ بالائی میں چینی اور کلونجی کا تیل 5 قطرے ملا کر پئیں۔ پھر قدرت الہی کا نظارہ کریں۔

ھوالشافی: صبح آدھ چھٹانک مکھن یا ایک چھٹانک ملائی میں شکر اور 12 قطرے کلونجی کا تیل ملا کر کھا لیں۔

مرض رعشہ کیا ہوتا ہے؟

اسے عرف عام کپکپی یا کانپڑا کہا جاتا ہے۔ یہ عموماً بڑھاپے میں لاحق ہونے والا مرض ہے۔ کبرسنی میں اس مرض کا لاحق ہو جانا کوئی اچنبھے کی بات نہیں ہے لیکن جوانی میں مبتلا ہو جانا تفکر آمیز ہے۔ اس کا بڑا سبب جسمانی کمزوری بیان کیا جاتا ہے۔ جسم میں خون کی واضح کمی اور

ہڈیوں کی بوسیدگی بھی اس مرض کا سبب بنتے ہیں۔ حکماء اس بات پر متفق ہیں کہ کثرت جریان اور مباشرت سے بھی اس مرض کے لاحق ہو جانے کا پورا پورا اندیشہ ہوتا ہے۔ جوانی میں غلط حرکات کے مرتکب لوگ جب چالیس کی دہائی پار کرتے ہیں تو ان میں بھی یہ مرض عود کر آتا ہے۔ اس مرض میں ہاتھ اور پاؤں غیر ارادی طور پر کانپتے رہتے ہیں اگر انہیں روکنے کی کوشش کی جائے تو بھی ان کی غیر شعوری حرکت میں فرق نہیں پڑتا ہے، یوں کہہ لیجئے کہ انسان اپنے جسم پر مکمل کنٹرول کو کھو بیٹھتا ہے۔

مرض رعشہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: آب باراں (بارش کا پانی) تین لیٹر۔ شہد خالص 1/2 کلو۔ فلفل سفید چار ماشہ۔ سونٹھ چار ماشہ۔ خولنجان چار ماشہ۔ مصطگی رومی چار ماشہ۔

طریقہ تیاری: آب باراں کو شہد میں ملا کر بڑے برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر پکائیں اور شہد پر آنے والی جھاگ کو کف گیر سے اتارتے جائیں۔ جب جھاگ آنا بند ہو جائے تو اس میں باقی اجزاء (تمام اجزاء لے کر ہاون دستہ کی مدد سے باریک مانند بہ مثل سرمہ کے پیس لیں اور انہیں پارچہ کستان میں ڈال کر اس کی پوٹلی سی بنا لیں) کی پوٹلی ڈال کر خوب جوش دیں۔ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد اس پوٹلی کو اپنے ہاتھوں سے اچھی طرح مسلیں اور ادویہ کا عرق نکال کر مرکب میں شامل کرتے جائیں کچھ دیر کے بعد یہ گاڑھا ہو جائے گا تو اتار لیں۔ یہ معجون تیار ہے۔

مقدار خوراک: یہ معجون مریض کو بقدر ضرورت چٹائیں۔ اس سے امراض باردہ خصوصاً رعشہ اور فالج کو فائدہ ہوتا ہے اور جلد ہی مریض کی کیفیت میں فرق آ جاتا ہے۔

نسخہ کلونجی، رعشہ کے لئے:

ھوالشافی: معجون فلاسفہ ایک تولہ، کلونجی باریک پسی ہوئی ایک ماشہ دونوں ادویہ کو تازہ یا نیم گرم پانی کے ساتھ دن میں دو مرتبہ استعمال کریں۔ مزید برآں کلونجی کا سفوف ہاتھ کی ہتھیلیوں پر ملیں یعنی خشک سفوف کو دونوں ہاتھوں میں لے کر اچھی طرح ملیں اور یہ عمل کم از کم ایک گھنٹہ مسلسل کریں۔ شفاء تک مکمل یہ عمل دوا کے ساتھ کیا جائے اور کلونجی کی

Scanned with CamScanner

چاہئے بھی مریض کو استعمال کرائیں۔

مرض تشنج اور مرض استرخاء کیا ہوتا ہے؟

جب کسی اعضاء یا عضو کا پھیلانا مشکل و دشوار ہو جائے تو اس کو "تشنج" اور اگر سکڑنا مشکل ہو تو اسے "استرخاء" کہتے ہیں اور پھیلانا اور سکوڑنا دونوں ہی دشوار ہو جائیں تو اس حالت کا نام "تمد" ہے۔ یہ درحقیقت فالج سے ہی ملتے جلتے امراض ہیں اور اس کا علاج بھی قریب قریب فالج کی طرح ہوتا ہے۔ تشنجی دورے اگر بار بار ہوں تو یہ عام طور پر خطرناک ہوتے ہیں اس لئے اس کی طرف جلد ہی متوجہ ہو جانا چاہئے۔ تشنج، تمدد، کزاز وغیرہ شکایات بھی اکثر بلغمی رطوبات کی زیادتی اور ضعف اعصاب کی وجہ سے لاحق ہوتی ہیں۔ ان امراض میں مواد بلغمیہ نسبتاً غلیظ ہوا کرتے ہیں اس لئے علاج و معالجہ کے سلسلے میں اس کا لحاظ رکھتے ہوئے ان امور کو پیش نظر رکھنا چاہئے کہ ان امراض کے مادے میں چونکہ غلظت ولزوجت زیادہ ہوتی ہے اس لئے قوی الحرارت اشیاء بالکل استعمال نہ کی جائیں ورنہ مادے کی زیادتی کا خدشہ ہوتا ہے۔ نسخوں میں تقطیع وتلطیف کا خاص طور پر لحاظ ضروری ہوتا ہے۔ مادہ چونکہ زیادہ لزج و غلیظ ہوتا ہے اس لئے مواد کو اچھی طرح پکا کر مسہل دینا چاہئے۔

بعض اوقات دماغی اورام، اورام اعضا، عصبانیہ کے زخم، زہریلے جانوروں کے زہر تمی، ادویہ کی سمیت، ہیضے وغیرہ کی مانند بعض امراض وبائی کے زہریلے اثرات کے نتیجے میں بھی دماغ کے متاذی ہو کر منقبض ہو جانے کی وجہ سے تشنجی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے اس قسم کے تشنج کو "تشنج ایذائی" کہا جاتا ہے۔ جو زیادہ عرصہ تک رہنے کی صورت میں اکثر مہلک و جان لیوا ثابت ہوتا ہے۔ استرخاء عورتوں میں مرض اختناق الرحم (ہسٹریا)، بچوں میں دانت نکلنے یا پیٹ میں کیڑوں کی وجہ سے بھی ہو جاتا ہے۔ کبھی خشکی کے غلبہ کے باعث لاحق ہو جاتا ہے۔ بدن سے خون بکثرت نکل جانے کے بعد یا عرصہ تک کسی مرض میں مبتلا رہنے کی وجہ سے، سوزاک و آتشک میں ایک عرصہ تک مبتلا رہنے سے، تشنج و استرخاء میں مبتلا ہو جانا اس حقیقت کی بین دلیل ہے کہ یہ شکایات بدنی رطوبات میں غیر معمولی کمی اور اعصاب کے سخت و خشک ہو جانے سے اور ان کی ساخت کے سکڑنے کی وجہ سے عارض ہوتی ہیں۔ اس قسم کی تشنج کو "تشنج یبسی" کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔

مرض تشنج اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: (1) بادیان سات ماشہ- بیخ بادیان سات ماشہ- بیخ کرفس سات ماشہ- تخم کشوث پانچ ماشہ- انجیر زرد پانچ عدد- مویز منقی نو عدد- پرسیاوشاں پانچ ماشہ- عنب الثعلب خشک پانچ ماشہ- تخم خطمی سات ماشہ- اصل السوس پانچ ماشہ- اسطوخودوس پانچ ماشہ- شہد خالص چار تولہ۔

(2) گاؤزبان پانچ ماشہ- عرق گاؤزبان چھ تولہ- عنب الثعلب چھ تولہ- شہد خالص دو تولہ۔

(3) اطریفل زمانی ایک تولہ

تیاری و طریقہ استعمال: (1)......شہد کے علاوہ باقی سب اجزاء کسی پیالہ میں ڈال کر رات کو گرم پانی میں بھگوئیں، اگلی صبح اُٹھ کر انہیں پانی میں اچھی طرح مسل کر ان کا عرق نچوڑ لیں اور پانی کو چھان کر شہد ملا کر استعمال کریں۔

(2)......ان تمام اجزاء کو باہم ملا کر جوش دیں اور نیم گرم ہونے پر اچھی طرح صاف کر کے شام کے وقت پئیں۔

(3)......اطریفل زمانی کو ہفتہ میں ایک بار رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ ایک ماہ تک مسلسل یہی ادویہ اسی ترتیب سے استعمال کرتے رہیں، اس دوران اگر مریض کو ہلکے پھلکے دورے پڑیں تو گھبرانے کی کوئی بات نہیں ہے۔

مرض کزاز کیا ہوتا ہے؟

فالج، لقوہ اور تشنج کی طرح یہ بھی ایک عصبی مرض ہے۔ جس کا اثر زیادہ تر گردن، سینہ، کمر اور چہرے کے عضلات میں نمایاں دکھائی دیتا ہے۔ مرض کے حملے کے وقت مریض کی گردن کے عضلات متشنج ہو کر کسی ایک جانب کھنچ جاتے ہیں اور چہرے کی بناوٹ لقوہ کی مانند خراب ہو جاتی ہے۔ اس دوران سانس دقت اور تکلیف سے آتا ہے، بسا اوقات شدتِ تکلیف کے باعث مریض کا بول و براز تک خطا ہو جاتا ہے۔ خواتین میں یہ احتباس نفاس اور ورم رحم کی وجہ سے پیدا ہو جاتا ہے۔ اس مرض کے ابتدائی مرحلے میں حکماء و اطباء ماء العسل تجویز کرتے ہیں۔

Scanned with CamScanner

مرض کزاز اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: چونا ایک تولہ-شہد ڈیڑھ تولہ۔

طریقہ تیاری: چونے کو باریک پیس کر شہد میں اچھی یکجان کر کے مرہم سا بنائیں۔

طریقہ استعمال: مقام ماؤف پر اس کا لیپ کریں اور ہر تین گھنٹہ کے بعد اس کا لیپ بدلتی جائیں، اس کے ہمراہ شربت شہتوت تھوڑا تھوڑا سا چاٹتے رہیں۔

نسخہ کلونجی، کزاز کے لئے:

ھوالشافی: تھوم ڈھائی تولہ، میتھی، کلونجی ہر ایک سوا تولہ۔ جند بدستر، میعہ، فلفل سفید، فلفل سیاہ ہر ایک تین درہم۔ ان تمام ادویہ کو خوب پیس کر تیل نکالیں۔ مشہور طریقہ کے مطابق اور اس کی حفاظت کریں اور جیسے جی چاہے استعمال کریں۔

نسخہ کلونجی اول، دردشقیقہ (آدھے سر کا درد) کے لئے:

ھوالشافی: ہر روز کلونجی کا تیل 5 قطرے مریض کو پلائیں اور ایک قطرہ متاثرہ حصے کے مخالف نتھنے میں ڈالیں۔

نسخہ کلونجی دوم، دردشقیقہ کے لئے:

ھوالشافی: قرنفل، کلونجی، جو، شہد خالص ہم وزن لے کر کلونجی اور قرنفل اور جو کو شہد میں معجون بنالیں۔ کپڑے کی ٹاکی پر رکھ کر درد والی جگہ پر مضبوط باندھ دیں۔

نسخہ کلونجی سوم، دردشقیقہ کے لئے:

ھوالشافی: کلونجی کا تیل، کلونجی۔ حسب ضرورت لے کر کلونجی کی چائے بنائیں اور مریض کو پلائیں۔ کلونجی کے تیل کے قطرے بھی ناک میں ڈالیں اور سر کے پچھلے حصہ پر مالش کریں۔

نسخہ کلونجی چہارم، دردشقیقہ کے لئے:

ھوالشافی: روزانہ کلونجی کے تیل کا ایک قطرہ درد والے حصے کے مخالف ناک کے نتھنے میں ڈال

دیں۔ کلونجی کا تیل 10 قطرے روز پئیں۔ کلونجی کا تیل اور فروٹ کا سرکہ برابر ملا کر سر کی مالش ہر تیسرے دن کریں۔

اعصاب کی کمزوری کے لئے:

ھوالشافی: تخم کلونجی 25 گرام، مغز فندق 25 گرام اور برہمی بوٹی 25 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام اجزا کو باہم ملا کر کھرل میں کوٹ پیس کر یکجان کرلیں کہ باریک سفوف سا بن جائے۔

ترکیب استعمال: سفوف کی مقدار خوراک 1 تا 5 گرام تازہ پانی کے ساتھ مریض کو استعمال کرائیں انشاء اللہ تعالیٰ بہت جلد شفا نصیب ہوگی۔ جسمانی اندرونی دردوں اور اعصاب کی کمزوری جاتی رہے گی۔

اعصابی تناؤ کے لئے:

ھوالشافی: زیادہ کام کاج کے باعث یا کسی پریشانی کے عالم میں خون کا دباؤ کی زیادتی کا شکار ہو جاتا ہے ایسے میں اعصابی تناؤ کی شکایت لاحق ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت حال میں ایک چائے کا چمچہ کلونجی آئل، ایک کپ چائے کے ساتھ استعمال کرنے پر آپ کو سکون بخشتا ہے اور تناؤ کی تمام علامات کو دور کرتا ہے۔ خیال رہے کہ یہ نسخہ دن میں ایک دفعہ استعمال کرنا چاہئے۔

کلونجی سر کے امراض کے لئے:

ھوالشافی: کلونجی سوا کپ، انیسون سوا کپ، قرنفل سوا کپ۔

ترکیب ساخت: کلونجی، انیسون اور قرنفل کو باریک پیس لیں اور سفوف تیار کرلیں۔

ترکیب استعمال: دن میں دو بار پانی کے ساتھ سفوف ایک چمچہ دیں۔

ھوالشافی: کلونجی، انیسون اور قرنفل سب کو باریک پیس کر سفوف تیار کرلیں۔

ترکیب استعمال: سب کو تیل میں ملا کر درد والی جگہ پر لگائیں۔

ھوالشافی: کلونجی، زیتون کا تیل۔ دونوں کو مکس کر کے کتان کے کپڑے میں باندھ کر نچوڑ لیں۔ تیل کے ناک میں قطرے ڈالیں اور کلونجی کو سونگھائیں۔ بہت جلد شفاء نصیب ہوگی۔

Scanned with CamScanner

ہوالشافی: کلونجی، زیتون کا تیل۔ کلونجی کو پیس کر تیل زیتون میں گوندھ لیں۔ اس سے سر پر پتلا سا لیپ کریں۔

ہوالشافی: درد کے وقت کلونجی کا تیل سر اور کنپٹیوں پر ملیں۔ 10 قطرے کلونجی کا تیل شہد خالص میں ملا کر پئیں۔ ساتھ تازہ پیاز کو کوٹ کر تلوؤں پر لیپ کریں۔

ہوالشافی: ماتھے اور چہرے کے دونوں طرف کانوں کے پاس کلونجی آئل ملیں اور ایک چمچہ کلونجی آئل دن میں تین بار دو دن تک خصوصاً ناشتہ سے قبل لینے سے سر درد مکمل طور پر غائب ہو جائے گا۔

ذہنی کوفت اور کھچاوٹ کے لئے:

ہوالشافی: سفوف پودینہ ایک کپ، خشک روٹی کا آٹا ایک چمچہ بڑے والا، سفوف کلونجی ایک کپ، زنجبیل ایک بڑا چمچ، دودھ تازہ، شہد خالص دونوں حسب ضرورت۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو شیشے کے مرتبان میں مکس کر لیں۔

ترکیب استعمال: ایک کپ حلیب کو شہد میں میٹھا کر لیں اور اس کے ساتھ باقی دوا کا ایک چمچہ نہار منہ روزانہ کھلائیں۔

نسخہ کلونجی، دماغی و اعصابی امراض کے لئے:

ہوالشافی: دماغی اور اعصابی کمزوری، رعشہ، فالج، لقوہ اور یادداشت کی کمزوری کی صورتوں میں کلونجی تین انگلیوں کی چٹکی صبح نہار منہ کھا لینی چاہیے۔ شہد کے ساتھ بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔ چند ماہ کی پابندی سے بہتر فوائد ظہور پذیر ہوں گے۔

نسخہ کلونجی اول، جملہ امراض باردہ کے لئے:

یہ معجون جالینوس کے مجربات عجیبہ میں سے ہے جو کہ کثیر نفع چیز ہے۔ قوت حافظہ کو بڑھاتی ہے۔ نسیان کو ختم کرتی ہے۔ فالج، لقوہ، رعشہ کے لئے مجرب ہے۔ وجع المفاصل، عرق النساء، گردے اور مثانے کے لئے بہترین مفید چیز ہے۔ نیز تمام امراض باردہ کے لئے نفع بخش ہے۔ مرگی اور استرخاء کے لئے بھی اعلیٰ درجے کی فائدہ مند ہے۔

ہوالشافی: ملٹھی 5 تولہ، سنبل ساذخ، مر، سلیخہ، زعفران، شیخ ارضیٰ، افتیمون، اذخر، رواند، حب

لبان، مقل، قرنفل، حب بلسان، زنجبیل، مصبر، شہد، بلادر ہر ایک ڈھائی تولہ۔ غاریقون 20 تولہ، مصطگی 15 تولہ، فلفل سیاہ وج، سعد، کند ساڑھے بارہ تولہ، ہلیلہ زرد، پوست ہلیلہ سیاہ، کابلی 15 تولہ۔ کلونجی ڈیڑھ تولہ۔ بدستو معروف معجون تیار کریں اور 4 ماشہ استعمال کریں۔

نسخہ کلونجی دوم، جملہ امراض باردہ کے لئے:

بلغم، لقوہ، فالج کزاز، رعشہ، نقرس، عرق النساء، وجع المفاصل، مصرے، جگر، استقاء کاسر ریاح سموم قاتلہ اور شہوتیں کے فساد کے لئے بے حد نافع ہے مگر چالیس سال کی عمر سے پہلے استعمال نہ لایا جائے۔ چالیس سال سے آخر عمر تک بے حد نافع ہے۔

ہوالشافی: تربد، غاریقون، رب سوس 3 تولہ، زنجبیل عقر قرحا، ہر ایک ڈیڑھ تولہ۔ کلونجی، تخم کرفس، گاجر، دارچینی، پستہ، خولنجان، انیسون، ورق سنا۔ ہر ایک ڈھائی تولیہ۔ زعفران فلفل سفید، صنوبر، زراوند، قسط سفید۔ ایک ہر سوا تولہ، جند بیدستر، جوزبوا، عود ہندی، بڑی الائچی، سعد، کھریا، نشاء، نبولہ۔ ہر ایک 8 تولہ 9 ماشہ۔ تمام ادویہ سے تین گناہ زیادہ شہد لے کر اس میں مرزنجوش یا کرفس میں ڈیڑھ تولہ سقمونیا حل کر کے تمام ادویہ ڈال دیں اور معجون تیار کر لیں۔ تمام امراض کے نافع ہے۔ چھ ماہ بعد استعمال کرائیں۔

علاج: ابتداء محلل اور کھولنے والا ضماد کریں اور گرم تیل اور چھینکیں لانے والی ادویہ مثلاً زنبق کا تیل، ترکہ جند بدستر اور کلونجی کو پکار کر سعوط کریں۔ تمام محلولات اس کے لئے مناسب ہیں۔

نسخہ کلونجی سوم، جملہ امراض باردہ کے لئے:

ہوالشافی: فلفل، کندس، جاوشیر ہر ایک تین تولہ، کلونجی، رائی کوڑی، قرنفل۔ ہر ایک دو تولہ۔

ترکیب استعمال: مسکہ نصف تولہ کو کرفس کے پانی میں گوندھ کر آگ پر جوش دیں اور استعمال کرائیں۔ پس جب افاقہ ہو تو غذا زود ہضم دیں اور تریاق یا مثرودیطوس وازیانج کے پانی کے ساتھ اور انیسون اور کمون کے ساتھ استعمال کرائیں اور اگر یہ ادویہ میسر نہ آئیں تو دو ہفتہ بعد ماہ الاسول خروع کے تیل اور سکر کے ساتھ دیں اور ایاوج جالینوس دیں اور یہ تیل مجرب ہے۔ تمام امراض کے لئے اس مبارک تیل کے نام سے پہچانا جاتا ہے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

ہمارا دل اور شہد اور کلونجی

انسانی بدن میں دل کی اہم حیثیت ہے، اسے اگر جسم کا مرکزی عضو کے نام سے موسوم کیا جائے تو یہ بے جا نہیں ہوگا۔ انسان کا دل بھی قدرت کا عجیب کرشمہ ہے۔ دیکھنے میں یہ مٹھی برابر گوشت کا لوتھڑا، مگر اس کے افعال اس قدر مضبوط و مستقل ہیں کہ ایک منٹ میں ستر مرتبہ سکڑتا اور پھیلتا ہے مجال ہے کہ اس سے ذرا سی بھی کوتاہی ہو جائے۔ یہ تمام عمر حرکت کرتا رہتا ہے یہاں تک کہ جان جسم سے نکل جائے۔ دل اپنی دوہرے جھلی دار غلاف کے اندر سینے میں دونوں پھیپھڑوں کے درمیان بائیں جانب جھکا ہوا ہوتا ہے۔ اس کی شکل مخروطی یعنی اہرام نما ہوتی ہے جس کا چوڑا حصہ بالائی جانب اور نسبتاً دائیں طرف اور زاویہ نیچے بائیں طرف جھکا ہوا ہوتا ہے۔

دل دو حصوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ ایک دایاں اور دوسرا بایاں کہلاتا ہے۔ یہ دونوں حصے ایک دوسرے سے براہ راست تعلق نہیں رکھتے ہیں کیونکہ ان کے درمیان ایک پردہ یا دیوار حائل ہوتی ہے۔ ہر ایک حصہ کے اندر مزید دو خانے ہوتے ہیں جنہیں ''اُذن'' اور 'بطن'' کہا جاتا ہے۔ ان کے درمیان خون گذرنے کا ایک راستہ بھی ہوتا ہے، گویا اس طرح دل میں چار خانے بن جاتے ہیں یعنی دو اُذن اور دو بطن، ان میں خون بھرا رہتا ہے یہ خانے مخصوص انداز میں سکڑتے ہیں اور پھیلتے ہیں جن کے باعث خون کا دورانیہ جاری رہتا ہے۔

ہمارا دل دراصل ہمارے جسم میں خون پہنچانے کا آلہ یا پمپ ہے جس ہمارے بدن کی پرورش ہوتی ہے۔ دل اس طرح سکڑتا اور پھیلتا ہے کہ اس کے دونوں اُذن اور دونوں بطن ایک ساتھ عمل کرتے ہیں۔ جب دونوں اُذن پھیلتے ہیں تو دائیں اُذن میں بدن کا استعمال کیا ہوا خون آجاتا ہے جبکہ دوسرے اُذن میں پھیپھڑوں سے مصفّٰی خون بھر جاتا ہے۔ اُذنین میں خون لانے کا کام وریدیں کرتی ہیں، جب خون سے بھرے ہوئے یہ دونوں بطن ایک ساتھ سکڑتے ہیں تو دائیں بطن کا فاسد خون پھیپھڑوں میں صاف ہونے کے لئے چلا جاتا ہے اور بائیں بطن

کا صاف خون تمام بدن میں پھیل جاتا ہے۔ دونوں ابطان سے خون باہر لے جانے کا کام شریانیں انجام دیتی ہیں۔ اس طرح دل کے دونوں پمپ نما حصے جداگانہ طور پر اپنا اپنا کام کرتے رہتے ہیں۔

اس طرح دل پھیلنے اور سکڑنے کا عمل تمام عمر جاری رکھ پاتا ہے۔ یہ پہلے سکڑتا ہے اس کے بعد پھیلتا ہے۔ پھیلنے کی صورت میں اسے کچھ دیر کا توقف مل جاتا ہے چونکہ دل کا بایاں حصہ سارے بدن میں خون پہنچانے کے لئے زیادہ زور لگاتا ہے اس لئے اس کے عضلات زیادہ دبیز و مضبوط ہوتے ہیں۔ اسی طرح دل سے باہر خون لے جانے والی شریانیں، خون کو واپس لانے والی وریدوں کے مقابلے میں زیادہ موٹی اور طاقت ور ہوتی ہیں۔ یہ لمحہ حیران کن اور تعجب کا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ہمارے جسم میں صرف دس اونس وزن کے دل کو اتنا عمدہ بنایا ہے کہ وہ روزانہ سیروں کے حساب سے خون کو با آسانی پمپ کرتا ہے۔ ایک اندازے کے مطابق دل انسانی عمر کے پچاس سال میں تقریباً بارہ ہزار ٹن خون پمپ کرتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے دل کو محفوظ رکھنے کے لئے جسم انسانی میں نہایت عمدہ جگہ دی ہے یعنی اسے سینے کی ہڈیوں میں ڈھانپ دیا ہے، اس کے علاوہ یہ پھیپھڑوں کی گود میں پڑا رہتا ہے جہاں اسے کسی معمولی ضرب سے کوئی احتمال نہیں پہنچتا۔ یہ سب اسی لئے کیا گیا ہے کہ اس عضو پر ہی انسانی زندگی کا مکمل دارومدار ہوتا ہے۔

جب غذا اور صحت کے بارے میں بے احتیاطی برتی جاتی ہے تو لازمی ہے کہ اس کے اثرات دل پر مثبت نہیں پڑتے، اس سے دل کی کلی مرجھانے لگتی ہے۔ اسی طرح بڑھاپے کی آمد سے اس کے افعال میں شکستگی نمودار ہونے لگتی ہے اور وہ کمزور ہو کر اپنے افعال کی انجام دہی سے معذور ہو جاتا ہے جس کے باعث موت طاری ہو جاتی ہے۔

کسی بھی لمبی بیماری سے آنتوں کا نظام اور قوت ہاضمہ میں بے حد سستی اور ڈھیلا پن پیدا ہو جاتا ہے، جو کہ جگر کے افعال پر بری طرح سے اثر انداز ہوتا ہے۔ ایسی صورت میں دل کو پہنچنے والی خوراک کی ماہیئت میں فرق پیدا ہو جاتا ہے۔ لہٰذا ایسی صورت میں دل کو توانائی بخش غذا کی فراہمی لازمی ہو جاتی ہے۔ ان امراض میں دل کو جوش دلانے کیلئے یورپ میں شراب وغیرہ کا استعمال کیا جاتا ہے، اگر شراب کی نسبت کوئی دوسری شے (روغن کلونجی تین گرام کی

Scanned with CamScanner

مقدار میں یا شہد ایک چمچہ نیم گرم پانی کے ساتھ) انہیں دی جائے تو زیادہ بہتر ہوتا ہے کیونکہ شراب کے اپنے مضر اثرات بھی جسم انسانی پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہ اہم ضرورت روغن کلونجی اپنی حدت آمیز تاثیر کے باعث پوری کرتا ہے اور اس کے مضر اثرات بھی نہیں ہوتے۔ جدید تحقیق سے ثابت ہو چکا ہے کہ کوئی دوسری دوا دل کو اس حد تک جوش و اشتعال نہیں دلاتی جس قدر کہ روغن کلونجی کی بدولت اسے حاصل ہوتا ہے۔ عموماً ماہر اطباء مریض کو روغن کلونجی استعمال کراتے ہیں۔

دوسری طرف دیکھا جائے تو جدید میڈیکل سائنس کی تحقیق سے یہ ثابت ہو چکا ہے کہ کوئی دوسری غذا دل کو اس حد تک جوش و اشتعال نہیں دلاتی جس قدر کہ شہد کی بدولت اسے حاصل ہوتا ہے۔ منہ، معدہ، آنت یا جگر کسی بھی جگہ شہد کی بدولت کیمیائی تبدیلی کی ضرورت باقی نہیں رہتی ہے۔ شہد معدہ میں جذب ہو کر سیدھا جگر میں پہنچتا ہے اور وہاں بلا رکاوٹ آسانی سے خون کا جزو بن جاتا ہے، اس کے بعد یہ خود بخود جسم کے اس حصے کو تقویت دیتا ہے جہاں اس کی اشد ضرورت ہوتی ہے۔ ماہرین امراض قلب بیان کرتے ہیں کہ دل کی کسی رکاوٹ یا مرض کو جس مقدار میں شہد زائل کرتا ہے وہ کسی دوسری غذا سے ممکن نہیں ہے۔ یہ دل کو براہ راست تقویت بہم پہنچاتا ہے اور جسم کے بگڑے افعال کی اصلاح کرتا ہے۔

دل کا بیٹھنا اور شہد کی کرشمہ سازی:

اگر کسی بھی وجہ سے آپ کا دل بے زار ہو، طبیعت میں بے کلی سی چھائی ہو، سستی اور تشنگی کا احساس بڑھ جائے، دل میں گھبراہٹ سے دھڑکن بے ترتیب ہونے لگے اور بار بار قے کی حاجت ہو اور قے نہ آئے تو ایسے میں دو چمچے شہد خالص استعمال کریں تمام علامات کچھ ہی دیر میں رفع ہو جائیں گی۔

شہد بطور مسکنِ قلب:

ہو الشافی: شہد خالص 1/2 پاؤ۔ دال چینی ایک ماشہ۔ مونگ ثابت ایک ماشہ۔ یسابہ ایک ماشہ۔ اسارون ایک ماشہ۔ مربہ زنجبیل نو ماشے۔ زعفران تین رتی۔

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ تمام اجزاء کو کھرل میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں۔ جب سب اشیاء یکجان ہو جائیں تو انہیں شہد میں ڈال کر اچھی طرح سے پھینٹیں۔ تا کہ اچھی طرح حل ہو جائیں، اسی دوران زعفران بھی ڈال کر اسے پھینٹتے رہیں، جب یقین ہو جائے کہ تمام اجزاء شہد کے ساتھ باہم مل چکے ہیں تو اسے کسی صاف شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: اس کی خوراک کی مقدار چار ماشے تک استعمال کرنا چاہئے۔ حالت مرض میں اس کی مقدار حسب ضرورت بڑھا کر نو ماشہ کی جا سکتی ہے۔

شہد سے زیادتی دھڑکن کا شافی علاج:

ہو الشافی: شکر سفید دو تولے۔ عرق گلاب 1/2 پاؤ۔ تخم ریحان ایک تولہ۔ شہد 1/2 کلو۔ زعفران

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ تمام اشیاء کو ملا کر اچھی طرح یکجان کر لیں۔ بعد از اسے کسی برتن میں ڈال کر شہد شامل کریں اور اسے نہایت دھیمی آنچ پر پکائیں۔ تخم ریحان اگر باریک پیس لئے جائیں تو بہتر ہوگا، شہد کو اس وقت تک پکانا چاہئے جب تک اس میں شامل عرق گلاب مکمل طور پر خشک نہیں ہو جاتا۔ جب شہد اپنی گاڑھی حالت میں آجائے تو اسے اُتار کر ٹھنڈا ہونے دیں اور اس میں زعفران ملا دیں۔ اس شہد کو کسی جار میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: اس کی مقدار خوراک عام حالت میں چار ماشے اور حالت مرض میں دس ماشے تک استعمال کرنا چاہئے۔

شہد سے غشی قلب کا شافی علاج:

ہو الشافی: دال چینی چار ماشے۔ لونگ چار ماشہ۔ منقیٰ چار ماشے۔ مشک دو سرخ تین تولہ۔ نبات سفید تین تولہ۔ شہد ایک پاؤ۔ زعفران دو رتی۔

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ تمام اشیاء کو ہاون دستے میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں کہ سب اشیاء یکجان ہو جائیں۔ انہیں شہد میں زعفران کے ہمراہ ڈال کر اچھی

Scanned with CamScanner

طرح پھینٹیں۔ جب تمام سفوف شہد میں حل ہو جائے تو اسے صاف ستھری شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: عام ایام میں اس کی خوراک کی مقدار دو ماشے بہتر خیال کی جاتی ہے۔ جبکہ حالت مرض میں چار سے چھ ماشے تک استعمال کرنا موزوں ہوتا ہے۔

جوارشِ قلب:

ہوالشافی: بہمنی سرخ ایک تولہ- صفتہ ایک تولہ- عاقرقرحا چھ ماشہ- جائفل چھ ماشہ- دارچینی چھ ماشہ-شہد چھ تولہ- زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: ان سب اجزاء کو باہم ملا کر شہد میں ملائیں اور خوب اچھی طرح یکجان کریں اور بہ مثل جوارش تیار کرلیں۔ اس ے بعد اسے کسی صاف شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں تاکہ بوقت ضرورت کام سکے۔

مقدار خوراک: اس کی مقدار خوراک عام دنوں میں تین ماشے اور حالت مرض میں پانچ ماشے، انگور کے رس سات تولہ کے ساتھ استعمال کرنا مفید اثرات کا حامل ہے۔

کلونجی سے اختلاج القلب کا شافی علاج:

اختلاج القلب میں دل پھڑکتا ہے اور نبض غیر منتظم انداز میں چلتی ہے یعنی نبض میں نظم و ضبط باقی نہیں رہتا۔ اس مرض میں یہ نسخہ بے حد مفید و اکسیر ثابت ہوتا ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 5 گرام اور برگ بادرنجبویہ 20 گرام۔

ترکیب تیاری: دونوں اجزا کو باہم ملا کر ڈیڑھ کپ پانی میں جوشاندہ تیار کرلیں۔

طریقہ استعمال: کسی بھی حکیم یا پنسار سٹور سے دواء المسک معتدل جواہر دار 3 گرام لیں جو کہ مرض کی شکایت کو رفع کرنے کے لئے مذکورہ بالا جوشاندہ کے ہمراہ کھائی جاتی ہے۔

کلونجی سے تنگی شریان خون کا شافی علاج:

ہوالشافی: ایک چمچہ کلونجی کا تیل کسی بھی گرم مشروب کے ساتھ پیجئے۔ یہ چربی گھلا کر رگوں اور شریانوں کو کشادہ کرتا ہے۔ خیال رہے کہ یہ نسخہ دن میں صرف ایک دفعہ استعمال کیا

جائے ورنہ نقصان دہ ثابت ہوسکتا ہے۔

کلونجی سے انجائنا کا علاج، نسخہ اول:

مندرجہ ذیل نسخہ ایک بزرگ طبیب کا ہے جن کے ہاتھوں میں شفاء تھی اور ان کی شہرت کا ڈنکا ہر طرف بجتا تھا، بہت اللہ والے تھے۔ اللہ تعالیٰ ان کی مغفرت فرمائے۔

ہوالشافی: دیسی لہسن اور زعفران ہم وزن۔

ترکیب تیاری: دونوں کو باریک کر کے کابلی چنے کے برابر گولیاں تیار کریں۔

ترکیب استعمال: ایک تا دو گولی صبح شام 10 گرام کلونجی کے جوشاندہ سے کھائی جاتی ہے۔

کلونجی سے انجائنا کا علاج، نسخہ دوم:

ہوالشافی: کلونجی 7 گرام، ادرک 5 گرام، پودینہ 5 گرام اور لہسن 5 عدد (تریاں)۔

ترکیب تیاری: سب ادویہ کو کچل کر ایک پاؤ پانی میں ہلکی آنچ پر جوش دیں جب پانی تین چھٹانک رہ جائے تو چھان کر پی کرے۔ اسی طرح شام اور رات کو کیا جائے۔

کلونجی سے انجائنا کا علاج نسخہ سوم:

ہوالشافی: حرمل اور کلونجی ہم وزن لے کر اچھی طرح پیس لیں اور اچھی شکر ملا کر استعمال کرائیں، بے حد نافع ہے۔

کلونجی سے بلڈ پریشر نارمل:

ہوالشافی: کلونجی 9 گرام، بن سانجلی 5 عدد۔

ترکیب تیاری: لہسن دیسی 3 تریاں کچل کر 2 چمچہ شہد ملا کر آدھ پاؤ پانی میں جوش دیں جب پانی 3 چھٹانک رہ جائے تو چھان کر پیا جاتا ہے۔ انجائنا (دل کی قریبی رگ کا درد کے لئے مفید ہے)۔

کلونجی سے خفقان بارد اور حار کا علاج:

دل کا دھڑکنا، دل کا ڈوبنا وغیرہ۔ اس حالت میں نبض منتظم رہتی ہے مگر دل زور زور سے

Scanned with CamScanner

دھڑ کتا ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 5 گرام، برگ گاؤزبان 30 گرام، گل گاؤزبان 30 گرم۔

ترکیب تیاری: تینوں کو باریک کر کے رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: 1 تا 2 گرام صبح وشام لیا جائے۔ ایک کپ عرق گلاب کے ہمراہ۔

کلونجی سے خون کی نالیوں سے کولیسٹرول کا اخراج:

ہوالشافی: برگ کہو 5 عدد، بن سانجلی 5 عدد، کلونجی 6 گرام، سرکہ انگوری حسب ضرورت۔

ترکیب تیاری واستعمال: ایک پاؤ پانی میں 5 منٹ میں جوش دے کر چھان کر سرکہ انگوری 2 چمچہ ملا کر پلا دیں۔ صبح وشام یہ عمل کیا جائے۔

کلونجی سے دل کا ڈوبنا۔ خوف کھانا وحشت وغیرہ کا علاج:

ہوالشافی: کہربا شمعی 50 گرام کو عرق گلاب اور کلونجی کے جوشاندہ میں خوب اچھی طرح سے کھرل کر لیں اور خشک ہونے پر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: ایک ایک رتی صبح وشام دواء المسک معتدل کے ہمراہ اور اسی کے ہمراہ عرق گاؤزبان اور عرق کلونجی آدھا آدھا کپ پیا جائے۔

کلونجی ضعف دل کے لئے:

ہوالشافی: روغن کلونجی 5 قطرے، عرق لہسن چار قطرے تھوڑی مقدار میں مصری شامل کر کے پانی میں ملا کر پلائیں۔

پرہیز: خناق کے مریض یا حاملہ عورتیں معالج کے مشورے کے بغیر استعمال نہ کریں ورنہ حمل کے ضائع ہونے کا اندیشہ ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 3 گرام، ابریشم مصفّیٰ 5 گرام، تخم السی 5 گرام۔

ترکیب تیاری: تینوں ادویہ کو ایک پاؤ پانی میں 5 منٹ تک جوش دے کر اور چھان کر پی لیں۔ زیادہ ضعف کی صورت میں ہر چار گھنٹے بعد ورنہ عام طور پر صبح شام کافی ہے۔

ہوالشافی: مغز تربوز 6 ماشہ یا تازہ گاجروں کا پانی 5 تولہ دونوں میں سے کوئی ایک چار قطرے

کلونجی کا تیل تھوڑی سی مصری اور پانی ملا کر دن میں دو تین بار پئیں۔

کلونجی کولیسٹرول کو نکالنے کے لئے:

ہوالشافی: کلونجی 25 گرام، افستین 25 گرام، ریوند خطائی 25 گرام، زیرہ سفید 50 گرام، قلمی شورہ 25 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک کر کے محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: ہر تین گھنٹے بعد 2,2 گرام نیم گرم پانی سے کھایا جائے۔ (جگر کی اصلاح بھی کرتا ہے)

☆☆☆

Scanned with CamScanner

ہمارا جگر اور شہد اور کلونجی

ہمارے جسم میں ایک انتہائی اہم عضو جگر ہے جو کہ ہمارے جسم میں خون بنانے اور اس کی صفائی کا کام انجام دیتا ہے۔ یہ غذا کو ایسی رطوبتوں میں تبدیل کرتا ہے جو ہمارے جسم کی تمام ضروریات پوری کرتی ہیں۔ جگر ہمارے جسم کا سب سے بڑا غدود ہے۔ جس کا وزن ڈیڑھ سیر ہوتا۔ یہ پیٹ کے دائیں جانب پسلیوں کے نیچے اور معدے کے اوپری جانب ہوتا ہے۔

جگر دو حصوں پر مشتمل ہوتا ہے جو کہ لوتھڑے کہلاتے ہیں دایاں حصہ بڑا اور بایاں حصہ قدرے چھوٹا ہوتا ہے۔ جس کا کچھ حصہ بائیں پسلیوں کے نیچے تک آجاتا ہے۔ جگر کی بالائی سطح گولائی میں ہوتی ہے جبکہ زیریں سطح پر پانچ شگاف ہوتے ہیں جو جگر کو مزید پانچ چھوٹے چھوٹے لوتھڑوں میں تبدیل کرتے ہیں۔ ان میں ایک شگاف میں پتہ (مرارہ) یعنی پت کی تھیلی ہوتی ہے۔ جگر سے پت (صفراء) پیدا ہو کر اسی تھیلی میں جمع ہوتا رہتا ہے اور پھر ایک نالی کے ذریعے لیلبے کی رطوبت کے ساتھ بارہ انگشتی آنت میں پہنچ جاتا ہے اور خوراک کے ثقیل حصوں کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ جوان آدمی کا جگر دن اور رات میں آدھ سیر سے سوا سیر تک صفراء پیدا کرتا ہے، یہ پت ہمیشہ بنتا ہی رہتا ہے۔ یہ لعاب دہن معدوی رطوبت اور لبلبی رطوبت کی مانند نہیں ہے کہ کھانا کھاتے وقت ہی اس کا نزول یا ٹپکاؤ ہو۔

(1)___ جیسا کہ بیان کیا گیا ہے کہ جگر ایک بڑا کام پت یعنی صفراء کا پیدا کرنا ہے۔ بھوک کے وقت یہ پت جگر سے نکل کر پتے میں جمع ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور پھر ہاضمے کی حالت میں یہ وہاں سے خارج ہو کر بڑی آنت میں پہنچ جاتے ہیں تا کہ آنت کے افعال میں اپنی معاونت پیش کر سکیں۔ حکماء و اطباء نے جگر سے پیدا ہونے والی پت کے فائدے ذیل بیان کئے ہیں۔

1۔ پت غذا کی چکنائیوں کو گھول کر ان کا پتلا شیرہ بناتا ہے اور اس شیرہ پر لبلبی رطوبت کے اثر سے تمام چکنائیاں آسانی سے ہضم ہو جاتی ہیں۔

2۔ پت دافع عفونت ہے یعنی وہ غذا کو گلنے سڑنے اور بدبودار گیس بننے کے عمل سے روکتی ہے جو کہ دماغ کی جانب چڑھ کر دردسر کا موجب بنتی ہے۔

3۔ پت آنتوں کی حرکت کو تیز کرتی ہے اور غذا کو آگے سرکنے میں معاونت دیتی ہے۔ یعنی یہ رطوبت ایک قسم کے قدرتی مسہل کی طرح اثر انداز ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جب یرقان کا مرض لاحق ہوتا ہے تو یہ پت آنتوں میں نہیں گر پاتی اور مریض کو قبض کی تکلیف لاحق ہو جاتی ہے۔ اسی طرح اگر کسی وجہ سے آنتوں میں یہ پت زیادہ مقدار میں گرنے لگے تو اسہال ہو جاتا ہے اور بار بار دست آتے ہیں۔

4۔ پت کی تھوڑی سی مقدار آنتوں میں جذب ہو جاتی ہے اور خون کا حصہ بنتی ہے جس کی وجہ سے یہ آکسیجن کے ساتھ مل کر جسم میں خون کی حدت کو کم کرتا ہے جو کہ ہمارے جسم میں حرارت کو قائم رکھتی ہے اور بخار وغیرہ نہیں ہونے دیتی۔

(2)___ جگر کا دوسرا کام حیوانی نشاستہ (گلائیکوجن) بنانا ہوتا ہے یہ عمل اس طرح ہوتا ہے کہ آنتوں میں غذا کا نشاستہ انگوری شکر میں تبدیل ہو جاتا ہے اور خون کے ذریعے جگر میں پہنچتا ہے تو جگر اس شکر انگوری کو حیوانی نشاستہ (گلائیکوجن) میں تبدیل کر کے اپنے پاس محفوظ رکھتا ہے اور پھر جسم انسانی کو جب اس کی ضرورت محسوس ہوتی ہے تو وہ اس حیوانی نشاستے کو شکر کی شکل میں تبدیل کر کے وہاں بھیج دیتا ہے۔ یہ شکر خون کی راہ سے بدن میں پہنچ کر توانائی اور حرارت پیدا کرنے میں ممد و معاون ثابت ہوتی ہے۔

(3)___ جگر کا تیسرا اہم کام ''یوریا'' کو تشکیل دینا ہوتا ہے۔ (یوریا غذا کے پروٹینی اجزاء یعنی نائیٹروجنی یا لحمی اجزاء کا فضلہ) غذا کے اجزاء معدے کے اندر ہضم ہو کر پیپ ٹون بناتے ہیں جو چھوٹی آنت میں پہنچ کر مزید ہضم ہو کر امین و ایسڈ بن جاتے ہیں۔ یہ امین و ایسڈ خون کے ذریعے جگر میں پہنچتے ہیں تو جگر انہیں خون میں نکال کر علیحدہ کر دیتا ہے اور انہیں یوریا کی شکل میں تبدیل کر دیتا ہے۔ یہ یوریا گردوں کی راہ سے پیشاب کے ساتھ جسم انسانی سے باہر نکلتے رہتے ہیں۔ دراصل جگر ہمارے جسم کی ایک کیمیائی بھٹی ہے جو کہ جسم کے اندر موجود ہر قسم کا کیچڑ اور فاسد مادوں کو خون سے الگ کر کے انہیں جسم سے باہر نکالنے میں ممد معاون ثابت ہوتا ہے۔ اس کیچڑ میں خون کے ناکارہ سرخ

Scanned with CamScanner

جرثومے، غذا اور بافتوں کے فضلات شامل ہوتے ہیں یہ جسم کے دوسرے حصوں میں اگر پہنچ جائیں تو کئی قسم کے امراض کا موجب بنتے ہیں۔ جگر کے اس نظام میں سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ یہ انہیں تباہ و برباد کرنے میں جس حرارت کا استعمال کرتا ہے وہی ہماری زندگی میں صحت و تندرستی کی ضامن ہوتی ہے۔ یہ حرارت بدن کو بھی قائم رکھنے کا کام انجام دیتا ہے گویا کہ بہ یک کرشمہ دو کار کی مثال قائم کرتا ہے۔

(4) ___ فاسد مادوں کو تباہ و برباد کرنے کا یہ عمل جگر بڑی ہوشیاری سے انجام دیتا ہے جگر ہمارے جسم میں سے خون میں شامل ہونے والی مردہ بافتوں اور کیچڑ کو چن چن کر علیحدہ کرتا ہے کہ کوئی بافت واپس خون میں شامل ہو کر جسم میں لوٹ نہ جائے۔ یہ اسی کیچڑ میں سے مفید اجزاء کو بھی نکال کر اپنے اندرونی حصوں میں الگ کرتا رہتا ہے جگر ناکارہ خون کے سرخ ذرات کو تباہ کرتا ہے مگر ان کے اندر موجود پت اور فولادی جزو کو چن کر اپنی ساخت کے خلیوں کے اندر محفوظ کر لیتا ہے اور بوقت ضرورت انہیں خون کے اندر شامل کر کے مطلوبہ مقام کی جانب روانہ کرتا رہتا ہے۔ یہ فولادی اجزاء خون کے ساتھ ہڈیوں کے سرخ گودے میں پہنچ جاتے ہیں جہاں ان سے خون نئے نئے سرخ جرثومے بنتے ہیں اس طرح جگر نئے خون بنانے میں اپنے کردار کا اہم حصہ ادا کرتا ہے۔ جدید سائنس کی روشنی میں یہ انکشاف کیا جا چکا ہے کہ بچے کی پیدائش سے پہلے بھی جنین میں جگر، خون کے سرخ اور سفید ذرات بنانے کا اہم کارخانہ موجود ہوتا ہے۔

(5) ___ بعض جانوروں اور بعض انسانوں میں جگر اپنے اندر چربی یا چکنائی محفوظ کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے۔ یہ چربی انہیں موسم سرما میں یا جانوروں میں سرما خوابی (Hibernation) کے زمانے میں کارآمد ثابت ہوتی ہے۔

(6) ___ ماہرین و محققین کو اس بات کا بھی ثبوت ملا ہے کہ جگر ایک خاص باطنی افراز (اندرونی رطوبت جو کسی نالی کے ذریعے خارج نہیں ہوتی ہے بلکہ جگر کی ساخت میں تیار ہو کر راست دوران خون میں جذب ہوتی رہتی ہے) پیدا کرتا ہے۔ یہ باطنی افراز بدن کے اندر خبیث رسولیوں یا سرطان وغیرہ کو نہیں بننے دیتا ہے۔

(7) ___ جگر غذائی زہروں کو چھاننے کی ایک بڑی چھلنی (آلہ تقطیر یا مقطار) بھی ہے۔ غذائی

خطے اور آنتوں کا تمام خون پہلے جگر میں پہنچتا ہے اس کے بعد جسم کے دیگر حصوں میں روانہ ہوتا ہے۔ آنتوں وغیرہ میں سے بہت سے نامناسب اجزاء اور فاسد مادے جو کہ حفظان صحت کے لئے مضر ہیں، خون میں شامل ہو جاتے ہیں۔ جب یہ مضر مادے خون کے ہمراہ جگر میں پہنچتے ہیں تو جگر ان تمام فاسد مواد کو چن لیتا ہے اور پت کے ساتھ انہیں خارج کر دیتا ہے اور اس طرح صاف ستھرا خون جگر سے نکل کر دوبارہ جسم میں رواں ہو جاتا ہے۔ جگر خون کے ساتھ پہنچنے والی شراب کے الکوحلی اجزاء کو بالخصوص چن کر پت کے ساتھ آنتوں میں بھیج دیتا ہے اور جسم و دماغ کو الکحل کے مضر اثرات سے پاک و محفوظ رکھتا ہے۔ شراب جیسے زہر کے اثر سے تمام جسم کو محفوظ رکھنے کی اس کوشش میں اکثر جگر خود اسی زہر کا شکار ہو جاتا ہے اور ایک وقت میں بالکل ناکارہ ہو جاتا ہے۔ جگر کی اکثر بیماریاں شراب کی مرہون منت ہیں۔

جیسا کہ بالا بیان کیا گیا ہے کہ جگر ہمارے بدن کا ایک اہم اور مفید عضو ہے۔ یہ پت (صفراء) پیدا کر کے ہاضمے میں مدد دیتا ہے اور زہروں اور فضلات کو چھاننے اور جلانے سے جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے یہ ایک قدرتی چھلنی اور عمدہ بھٹی کی مثل ہے اس کے علاوہ اگر اسے ایک عمدہ گودام بھی کہا جائے تو غلط نہیں ہوگا جس میں حیوانی نشاستہ (گلائیکوجن) فولاد اور چربی جیسی مفید اشیاء جمع رہتی ہیں۔ مرض طحال اس میں کیمیائی ات کا موجب بنتا ہے جب جگر کمزور ہو جاتا ہے تو یہ خون کی مکمل مقدار میں سے زہریلے مادے نکالنے اور اسے صاف کرنے میں ناکام رہ جاتا ہے تو خالص خون کم مقدار میں پیدا ہوتا ہے جس سے کمزوری دن بدن بڑھنے لگتی ہے۔ بھس، یرقان جیسے مہلک امراض کے جراثیم جسم انسانی پر غالب آ جاتے ہیں تو کبھی طحال کا مرض پیدا ہو جاتا ہے جس سے جسم میں خون کم ہو جاتا ہے اور جسم انسانی کمزوری و ناتوانی کی جانب بہ مائل ہوتا ہے۔ اگر مناسب وقت پر ان کا تدارک نہ کیا جائے تو یہ جسم پر چھانے لگتے ہیں اور دنوں میں ہی گھن کی طرح اسے ناکارہ بنا دیتے ہیں۔

جگر کی خرابی یا ناقص کارگذاری کے باعث بھس، یرقان جیسے مہلک امراض جسم انسانی پر غالب آ جاتے ہیں، علاوہ ازیں طحال کا مرض پیدا ہو جاتا ہے، جس سے جسم میں خون جاری ہو جاتا ہے اور جسم انسانی کمزوری و ناتوانی کی جانب بہ مائل ہوتا ہے۔ شہد اگر اعتدال کے ساتھ

Scanned with CamScanner

روزانہ اپنی خوراک کا حصہ بنالیا جائے تو جگر کو تقویت ملتی ہے اور ایسے امراض کی پیدائش کا عمل خود بخود رُک جاتا ہے اور کسی قسم کا خطرہ باقی نہیں رہتا۔ اگر کسی بدپرہیزی کے باعث یہ امراض سر اُٹھائیں تو شہد ان کے خاتمے میں اپنا پورا کردار ادا کرتا ہے۔ شہد یرقان کے ایام میں جسم میں نمودار ہونے والی کمزوری کو ختم کر کے توانائی بخشتا ہے اور جگر کے افعال کو اصلی حالت میں واپس لاتا ہے۔ اس سے بدن کی تمام قوت میں اعتدال پیدا ہوتا ہے اور تمام جسمانی کمزوریاں بھی دور ہو جاتی ہیں۔

اگر کسی قسم کے ضعف جگر کی شکایت لاحق ہو جائے یا اس پر ورم آجائے تو خون بننے کی رفتار کم ہو جاتی ہے۔ جگر کی خرابی کے باعث اکثر پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے جسے عرف عام میں ''استقاء'' کہا جاتا ہے۔ اس سے نہ صرف مریض کا نظام شکم بگڑ جاتا ہے بلکہ ایک نا قابل بیان اذیت کا بھی سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اس مرض میں ہاتھ پاؤں پر ورم آجاتا ہے۔ اس مرض کے شافی علاج یعنی عمل جراحی کی جانب راغب کیا جاتا ہے۔ ٹروکار کے ذریعے اس کے پیٹ کا پانی نکال دیا جاتا ہے جس پر مریض یہ سمجھتا ہے کہ اسے حیات نو مل گئی ہے لیکن عمل جراحی کے ختم ہونے کے بعد بھی یہ مرض دوبارہ اپنا سر اُٹھاتا ہے اور پیٹ میں پانی کی مقدار اسی طرح جمع ہونے لگتی ہے دو چار دن میں پیٹ مشک کی طرح پھول جاتا ہے اور پھر وہی تکلیف عود کر آتی ہے۔

جدید میڈیکل سائنس سے ثابت ہو چکا ہے کہ اس تکلیف دہ مرض کا بہترین علاج شہد ہی ہے قدیم حکماء اس حقیقت سے بخوبی آشنا تھے کہ شہد میں ہی وہ خاص جزو موجود ہے جو کہ پیٹ کی اس خرابی کو دور کر کے ان وجوہات کو ختم کرتے ہیں جو کہ اس مرض کا سبب بنتی ہیں، اسی لئے صدیوں سے علم طب میں شہد کی اس صلاحیت سے بھرپور فائدہ اُٹھایا گیا ہے۔

اسی طرح روغن کلونجی اگر اعتدال کے ساتھ دو گرام کی مقدار خوراک میں روزانہ استعمال کی جائے تو ایسے امراض کی پیدائش کا عمل خود بخود رُک جاتا ہے اور کسی قسم کا خطرہ باقی نہیں رہتا۔ اگر کسی غفلت کے باعث یہ امراض پیدا بھی ہو جائیں تو بھی روغن کلونجی نہایت کامیابی کے ساتھ ان کے خاتمے میں پورا پورا کردار ادا کرتا ہے۔ روغن کلونجی جگر کے افعال کو اپنی اصلی حالت میں لاتا ہے۔ اس سے بدن کی تمام قوت میں اعتدال پیدا ہوتا ہے اور تمام کمزوریاں بھی دور ہو جاتی ہیں۔

مرض استسقائے آبی اور شہد سے علاج:

اس مرض سے نجات پانے کے لئے یہ ایک سادہ سا نسخہ ہے مگر اس کے اثرات اس قدر دور رس ہیں کہ مریض خود یہ سوچنے پر مجبور ہو جاتا ہے کہ کس قدر معمولی چیز نے اس کی وہ تکلیف دور کر دی جس کا خیال کر کے اس کی روح تک بھی کانپ جاتی ہے۔ شہد خالص صرف پونے دو تولے لے کر اسے آدھ گلاس پانی میں اچھی طرح حل کر کے کچھ عرصہ تک روزانہ پئیں، اس سے مرض استسقاء دفع ہو جاتا ہے اور پیٹ کی رطوبتیں جذب ہو جاتی ہیں۔ اس طرح عرصہ تک کے استعمال سے پیٹ خود ہی سمٹ کر اپنی اصلی حالت میں آجاتا ہے۔

مرض استسقائے طبلی اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص ایک چھٹانک۔ زنجبیل چھ ماشہ۔ زعفران دو رتی۔

طریقہ تیاری: زنجبیل کو باریک پیس کر شہد میں اچھی ملا کر معجون تیار کریں جب معجون بن جائے تو اس میں زعفران ڈال کر اچھی ملا لیں اور اسے کسی شیشی میں محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ نسخہ استسقاء طبلی یعنی پیٹ کا ڈھول کی مانند بولنا، کے لئے مفید و اکسیر ہے اس دوا کی خوراک کی مقدار ایک تولہ ایک وقت کے لئے تجویز کی جاتی ہے۔ آپ اسے دو اوقات یعنی صبح و شام استعمال کر سکتے ہیں۔

ضعفِ جگر اور شہد سے علاج:

جگر کے افعال میں اگر کسی وقت کمزوری محسوس ہو یا خون کے دورانیے میں فرق آجائے تو اس کا یہی مطلب ہے کہ آپ کا جگر صحیح طرح سے اپنا کام انجام نہیں دے پا رہا ہے اور اسے خود کمزوری لاحق ہو چکی ہے ایسے میں شہد خالص اڑھائی تولہ لے کر اسے گائے کے دودھ ایک پاؤ میں ملا کر یا کسی مجبوری کے باعث تنہا ہی کھانا مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس سے نہ صرف آپ کا ضعف جگر رفع ہوتا ہے بلکہ جسم کے دوسرے اعضاء بھی مناسب صحت کے حامل ہو جاتے ہیں ضعف جگر کی حالت میں اکثر آنکھوں کے گرد سیاہ

Scanned with CamScanner

حلقے نمودار ہو جاتے ہیں۔

جگر و تلی کے سدے اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص ایک تولہ۔مغز پستہ ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد خالص میں مغز پستہ باریک پیس کر اچھی طرح ملا لیں اور فوری استعمال میں لائیں۔اسے تازہ تازہ بنا کر استعمال کرنا زیادہ بہتر ہوتا ہے۔

مقدار خوراک: صبح و شام دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد استعمال کریں۔شہد کی مقدار مغز پستہ کے متوازن رکھی جائے۔اگر جگر یا تلی کے سدے کسی وجہ سے بند ہو جائیں اور خون کا دورانیہ متاثر ہو تو انہیں فوری طور پر کھولنا ضروری ہوتا ہے۔

جگر کی سردی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص 1/2 پاؤ۔ انیسوں ایک تولہ۔ بادیان ایک تولہ۔تخم خربوزہ ایک تولہ۔مغز خربوزہ ایک تولہ۔ زعفران تین ماشہ۔

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ سب اجزاء کو ہاون دستے میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں، اس کے بعد اس پسے ہوئے سفوف کو زعفران کے ہمراہ شہد میں ڈال کر اچھی طرح پھینٹیں۔جب اچھی طرح سب اجزاء باہم مل جائیں تو انہیں کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: اس دوا کی ایک تولہ مقدار صبح و شام استعمال کریں، یہ دوا جگر میں پیدا ہونے والے سردی کے بخار کو زائل کرتی ہے اور اس کے سدے بھی کھولتی ہے۔یہ ایک طاقت بخش دوا ہے اس لئے عام ایام میں بھی اس کا استعمال کیا جا سکتا ہے۔عام دنوں میں اس دوا کی نصف تولہ مقدار دونوں اوقات استعمال کرنا مفید و مجرب ہے۔

مرض ورم جگر اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص ایک تولہ۔عرق عنب الثعلب (مکوہ) بارہ تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو باہم ملا کر اچھی طرح یکجان کر لیں اور کسی شیشی میں ڈال کر

محفوظ کر لیں، یہ دوا تیار ہے۔

مقدار خوراک: ایام مرض میں اس کی ایک تولہ مقدار خوراک بہترین ہوتی ہے صبح و شام کھانے کے بعد یہ دُوا لینا افادیت بخش ہوتا ہے یہ عام دنوں میں قابل مستعمل نہیں ہے لہٰذا اس سے پرہیز کیا جائے۔اس کے چند دن استعمال سے ہر قسم کا ورم جگر ختم ہو جاتا ہے اور جگر اپنی صحیح حالت میں آ جاتا ہے۔

مرض بادِ جگر اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: دار چینی ایک تولہ۔شہد خالص بارہ تولہ۔ زعفران کشمیری چھ ماشے۔

طریقہ تیاری: دار چینی کو ہاون دستے میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں اور پھر زعفران کے ساتھ اچھی طرح شہد میں ڈال کر اچھی طرح ملا کر یکجان کر دیں۔ یہ دوا تیار ہے اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: ایام مرض میں ایک تولہ صبح و شام استعمال کریں اور جن دنوں میں مرض لاحق نہ ہو یہ دوا استعمال کرنے سے گریز کریں، یہ ضعف جگر اور باد جگر کے لئے بے حد عمدہ و اکسیر دوا ہے۔

تقویت جگر اور شہد و کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی باریک شدہ 1 تولہ، صبر سقوطری سوا تولہ، شہد خالص حسب ضرورت۔ جملہ ادویہ کو ملا کر دو ماہ مسلسل استعمال کریں۔ روزانہ نہار منہ کھلائیں۔ مقدار خوراک سوا چمچہ چائے والا۔

ہوالشافی: کلونجی، شہد خالص۔ دونوں ادویہ کو شہد کے ساتھ مکس کریں کھانا کھانے کے بعد روزانہ۔یعنی ایک چمچہ استعمال کریں۔

جگر کا بڑھ جانا اور کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 10 گرام، ریوند خطائی 20 گرام، نوشادر ٹھکری 20 گرام، قلمی شورہ 20 گرام، برگ افسنتین 20 گرام۔

ترکیب تیاری: پاؤڈر تیار کر لیں۔

Scanned with CamScanner

مقدار خوراک: 1 تا 2 گرام صبح شام عرق مکو، عرق کاسنی ملا کر ایک کپ کے ساتھ۔

نوٹ: اسی دوران قبل از غذا۔ معجون دبید الورد آدھا چمچی چائے والی کھلائی جاتی ہے۔:

جگر کے بڑھ جانے کی وجہ سے کھانسی کا آنا اور کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 25 گرام، ریوند چینی 50 گرام۔ نوشادر ٹھیکری 50 گرام، زاد چوب 25 گرام، تنکا بریاں 50 گرام۔ تمام ادویہ کو باریک پیس کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: 3,3 گرام صبح شام ہمراہ شربت دینار 2 تولہ۔

جگر کے محدب ومقعر حصوں کے سدے اور کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی، ریوند خطائی، زیرہ سفید۔ ہم وزن لے کر پاؤڈر تیار کرلیں۔

مقدار خوراک: 2,2 گرام صبح شام تازہ پانی کے ساتھ محدب ومقعر جگر کے سدوں کو کھولنے میں بے نظیر نسخہ ہے۔

جگر میں چربی اور غیر ضروری رطوبات بننے اور جمنے سے روکنا:

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، قشر ترنج دیسی خشک 200 گرام۔

ترکیب تیاری: دونوں ادویہ کو باریک کر کے محفوظ رکھ لیں۔

طریقہ استعمال: ہر تین گھنٹہ بعد 1 تا 3 گرام شربت وردمکرر 2 تولہ کے ہمراہ کھلایا جائے۔

ضعف جگر اور کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: اجوائن دیسی ایک تولہ کو پانی میں بھگو دیں۔ دن کے وقت سائے میں رکھیں اور رات کو شبنم میں رکھیں۔ صبح روغن کلونجی کے 10 قطرے شامل کریں اور مریض کو پلائیں۔ بہت جلد مرض دفع ہوگا اور اگر اس کے ساتھ ریوند خطائی 1 تولہ، نوشادر 1 تولہ، قلمی شورہ ایک تولے کا سفوف کھانے کے بعد 2 ماشہ کی مقدار میں استعمال بھی شروع کر دیں تو چار پانچ یوم میں افاقہ ہوگا اور مریض کے چہرے پر سرخی نظر آئے گی۔

حنا کلونجی اور یرقان کا نسخہ:

ہوالشافی: برگ مہندی 2 تولے کو ایک پاؤ خوب گرم پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح اٹھ کر چھان لیں اور سفوف ایک نمبر والا ایک چمچہ منہ میں ڈال کر برگ مہندی والا پانی اوپر سے پلائیں۔ اسی طرح جو رات کو بھگوئیں وہ صبح اور صبح والے سے شام کو یہ دوا استعمال کریں۔

جگر کی کمزوری کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: اجوائن دیسی ایک تولہ صبح کو مٹی کے چھوٹے پیالے میں پانی میں بھگو کر دن کے وقت سائے میں اور رات کے وقت شبنم میں رکھیں۔ اگلے دن پانی چھان کر 6 قطرے کلونجی کا تیل ملا کر پی لیں۔

شربت کلونجی برائے اصلاح جگر:

مندرجہ ذیل شربت جگر کی اصلاح کرتا ہے اور جو پرانے بخار کسی دوا سے ٹھیک نہ ہو رہے ہوں تو ایسے وقت میں یہ شربت تریاق کا کام کرتا ہے، رگوں کی صفائی کرتا ہے اور رنگت نکھارتا ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 25 گرام، افسنتین 50 گرام، گل سرخ 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تینوں ادویہ کو 4 گنا پانی میں رات کو بھگو دیں صبح ہلکی آنچ پر پکالیں۔ جب پانی نصف رہ جائے تو اسے احتیاط سے چھان کر تین گنا شکر ملا کر ہلکی آنچ پر شربت پکالیں۔ قوام تیار ہونے پر آگ سے نیچے اتار کر رکھ لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں بھر لیں۔

مقدار خوراک: پرانے مریض کو ہر تین گھنٹے بعد ایک تا دو چمچ عرق گلاب یا عرق گاؤزبان میں ملا کر پلائیں۔ نیا مریض ہو تو اس کو دن میں دو بار صبح شام عرق گاؤزبان میں ملا کر پلایا جائے۔

نسخہ کلونجی برائے سرطانِ جگر:

ہوالشافی: کلونجی، شہد سیاہ۔ دونوں ہم وزن لے کر دونوں کو ملا لیں۔ روزانہ صبح کے وقت ایک چمچہ چائے والا۔

Scanned with CamScanner

ھوالشافی: کلونجی، آب زمزم۔ کلونجی کو خوب باریک پیس لیں۔ صبح وشام چھوٹا چمچہ چائے والا آب زمزم سے تناول کریں۔

ھوالشافی: بابونج، پودینہ، صحر، کلونجی، انیسوں برابر وزن کی مقدار میں لے لیں۔

تمام ادویہ کو باریک کر کے ملالیں۔ تکلیف کے وقت ایک کپ نیم گرم پانی کے ہمراہ کھلائیں۔

نسخہ کلونجی اول، طحال کے لئے:

ھوالشافی: سفوف کلونجی ایک چمچہ، خشک میتھی پسی ہوئی ایک چمچہ اور شہد خالص دو تولہ۔

ترکیب تیاری: دونوں ادویہ کو کھرل میں ڈال کر مزید باریک کر کے یکجان کرلیں۔

طریقہ استعمال: شہد کے ساتھ یہ سفوف ملا کر صبح وشام ایک چمچہ استعمال کریں۔

نسخہ کلونجی دوم، طحال کے لئے:

ھوالشافی: روغن کلونجی 10 گرام، زیتون کا تیل 10 گرام، شہد سیاہ 30 گرام، سفوف میتھی 10 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ باہم ملا کر معجون بنالیں۔ آخر میں معجون کلونجی تیار کر کے اس میں زیتون کا تیل شامل کریں۔

طریقہ استعمال: صبح دوپہر اور شام کے وقت نصف چمچہ یہ معجون قہوہ یا جوشاندہ کے ساتھ استعمال کریں۔

نسخہ کلونجی سوم، طحال کے لئے:

ھوالشافی: ایک کپ پانی میں تازہ میتھی کا جوشاندہ تیار کریں پھر حسب ذائقہ شہد شامل کریں نیز سات قطرے کلونجی کا تیل ڈال کر مریض کو نوش کرائیں۔ بفضلہ تعالیٰ شفا نصیب ہوگی۔

مرض طحال اور شہد سے علاج:

جب تلی بڑھ جائے اور تکلیف ناقابل برداشت ہوتی چلی جائے تو ایسے میں یہ سادہ سا مگر تیر بہدف نسخہ استعمال کریں، شہد دو تولہ لے کر ایک پاؤ اونٹنی کے دودھ میں ملا کر چند۔ یہ

نسخہ چالیس دن تک لگاتار صبح وشام استعمال کرنا چاہئے انشاءاللہ تعالیٰ بحکم ربی شفا نصیب ہوگی اور تلی گھٹ کر اپنی جگہ پر واپس آجائے گی۔

تلی کا بڑھنا:

ھوالشافی: کریلا سبز کو کوٹ کر پانی نکال لیں۔ دو دو تولہ پانی دن بھر میں تین بار، چار قطرے کلونجی کے تیل کے ساتھ پلادیں۔

☆☆☆

ہمارا معدہ اور شہد اور کلونجی

انسانی جسم کا ایک اہم عضو "معدہ" ہے، جس کی معمولی خرابی تمام جسم کے افعال پر بری طرح اثر انداز ہوتی ہے۔ سلامتی وتندرستی کا طریقہ یہی ہے کہ کھانے کی مقدار میں اعتدال کا دامن تھاما جائے اور کھانے کے اوقات میں پابندی سے مناسب وقفے رکھے جائیں۔ کھاتے ہوئے دانتوں سے غذا کا لقمہ خوب چبانا چاہئے تاکہ وہ منہ کے لعاب میں اچھی طرح گھل مل کر باریک، نرم اور لیس دار ہو جائے اور اس کا ذائقہ محسوس ہو۔ منہ میں موجود لعاب میں ایک خاص خمیر ٹایالین بھی شامل ہوتا ہے جس کے اثر سے غذا کے نشاستے دار اجزا ایک قسم کی شکر میں تبدیل ہو جاتے ہیں اور پھر یہ شکر پانی میں گھل کر خون میں آسانی سے جذب ہو جاتی ہے۔ ہماری غذا میں مختلف نباتاتی وحیوانی اجزاء موجود ہوتے ہیں۔ جن میں یہ خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔

1۔ نائیٹروجنی، پروٹین یا لحمی اجزاء، جن میں غذائیت اور نشو ونما کی صلاحیت زیادہ ہوتی ہے مثلاً گوشت، انڈے، دالیں اور پنیر وغیرہ۔

2۔ شکر اور نشاستہ دار اجزاء (کاربوہائیڈریٹس)، مثلاً شکر، میٹھے پھل، آلو، چقندر اور نشاستہ دار اجزا یعنی گیہوں، مکئی، جوار، گھی، بالائی وغیرہ۔

3۔ چربی اور تیل مثلاً چربی، گھی، بالائی اور دیگر چکنائیاں وغیرہ۔

4۔ نمکیات، مثلاً کھانے کا عام نمک، سوڈیم، پوٹاشیم، فاسفورس، فولاد، چونے سے بنے ہوئے تمام نمک (جن میں سے اکثر نمک ہمارے خون اور صفراء (پت) میں بھی پائے جاتے ہیں اور بدن کے لئے نہایت ضروری ہوتے ہیں۔)

5۔ پانی، جو تمام قدرتی تازہ غذاؤں میں موجود ہوتا ہے اور ہمارے خون کا بھی ایک اہم جزو ہے۔

ان تمام غذائی اجزاء کو ہضم و جذب کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ نے ہمارے جسم میں ایک تیس فٹ لمبی نالی نما راستے کا بھرپور انتظام کر رکھا ہے جو کہ منہ سے شروع ہو کر مبرز (مقعد) تک جا کر ختم ہو جاتا ہے۔ اس راستے میں ہضم کرنے والے دوسرے خاص خاص اعضاء (منہ کے غدود، معدہ، جگر، لبلبہ، آنتیں وغیرہ) موجود ہوتے ہیں جو کہ اپنے افعال کے بعد دیگرے

انجام دیتے ہیں۔ یہ اسی راستے سے ملحقہ ہوتے ہیں جن کی مدد سے غذاء کے مختلف اجزاء منزل بہ منزل گھلتے جاتے ہیں اور خون میں جذب ہو کر ہمارے جسم کا جزو بنتے ہیں۔

غذا حلق کی نالی سے نیچے اترنے کے بعد ہماری مَری (غذائی نالی) میں سے گذر کر ایک سوراخ فم معدہ کی راہ سے معدے کے اندرونی حصوں میں داخل ہوتی ہے۔ یہ غذائی نالی جو کہ تقریباً دس انچ لمبی ہوتی ہے گردن میں سانس کی نالی کے عقب میں سے گذر کر سینے سے ہوتی ہوئی کوڑی کے نیچے پیٹ کے گڑھے میں پہنچ کر معدے کے وسطی حصے کے اوپر کھلتی ہے۔ معدہ خود ایک مشک جیسی تھیلی کی شکل کا حامل ہوتا ہے جو کہ پیٹ کے بالائی حصے کے بیچ میں زیادہ بائیں جانب واقع ہوتا ہے۔ اس کے دو منہ ہوتے ہیں بالائی جانب فم معدہ میں غذائی نالی داخل ہوتی ہے۔ دایاں سرا جس کے نیچے کا منہ بواب ہوتا ہے۔ مشک کے منہ کی طرح بارہ انگشتی آنت کے اندر کھلتا ہے اور اس میں معدے کے اندر کی غذا کو منتقل کرتا ہے۔ دائیں جانب معدہ جگر سے کسی قدر ڈھلکا ہو ہوتا ہے۔ اس کا بایاں جوڑا اور گول سرا تلی کی جانب ہوتا ہے۔ معدے کی تھیلی کی اندرونی سطح پر جھری دار جھلی کا استر لگا ہوتا ہے۔ جس میں چھوٹے چھوٹے غدود سے رس ٹپک کر تھیلی کے اندر جمع ہوتا رہتا ہے۔ یہی معدوی رس ہے جو کہ غذا کو گھلانے کا کام کرتا ہے اور اسے زود ہضم کرنے میں معاونت دیتا ہے۔

جب خوراک معدے میں پہنچ جاتی ہے تو یہ معدوی رس زیادہ مقدار میں غددوں سے خارج ہوتا ہے اور معدے کی دیواریں زیادہ زور سے سکڑ کر غذا کو خوب بلوتی ہیں جس سے غذا گھلتی اور آش جو کی طرح نرم اور پتلی ہو کر نیچے کے منہ بواب کے راستے بارہ انگشتی آنت میں رفتہ رفتہ منتقل ہوتی رہتی ہے۔ یہ بواب ایک قسم کا قدرتی دربان ہے جو صرف ہضم شدہ نرم اور پتلی خوراک (کیموس) کو معدے کی آنتوں میں جانے دیتا ہے۔ سخت اور غیر ہضم شدہ خوراک کو قطعاً گذرنے نہیں دیتا۔ اس طرح معدہ میں غذا تین سے چار گھنٹے میں امکانی ہضم ہونے کے بعد معدے سے بتدریج آنتوں کے اندر خارج ہو جاتی ہے۔ سخت اور ثقیل غذا اور حد سے زیادہ مقدار میں کھائی ہوئی غذا کے ہضم ہونے میں زیادہ دیر لگتی ہے۔ اسی لئے یہ ہدایت کی جاتی ہے کہ بغیر بھوک لگے بار بار نہ کھانا کھایا جائے اور کھانا کھاتے وقت لڑائی جھگڑے سے خاص طور پر اجتناب برتنا چاہئے کیونکہ رنج وفکر، صدمہ و گھٹن میں غذا جلد ہضم نہیں ہو پاتی ہے۔

Scanned with CamScanner

1۔ معدوی رس کسی قدر نمکین اور ترش ذائقے کا حامل ہوتا ہے اس میں تیزاب کی موجودگی پائی گئی ہے، جو کہ غذا کو گھلاتا اور نرم بناتا ہے نرم غذا پر معدوی رس کے اندر کا ایک خاص ہاضم خمیر پیپ سین، غذا کے پروٹینی حصہ یا لحمی اجزاء پر خاص طور پر عمل کرتے ہوئے ان کی توڑ پھوڑ کر کے پروٹیوز اور پیپ ٹون میں تبدیل کر دیتا ہے۔ یہ پروٹین کی ٹوٹ پھوٹ کا آخری درجہ نہیں ہے بلکہ ایک درمیانی معدوی درجہ ہے۔ جب تک ترشی موجود نہ ہو پیپ سین اپنا عمل صحیح طرح انجام نہیں دے پاتے ہیں۔ اس لئے معدوہ رس میں تیزاب کا موجود ہونا ضروری امر ہے۔

2۔ معدوی رس میں ایک دوسرا خمیر دودھ کو جمانے والا رے نین ہوتا ہے۔ یہ جمے ہوئے دودھ کے پروٹین پر پیپ سین کا عمل ہاضم بہتر بنانے کی سعی کرتا ہے۔

3۔ معدوی رس میں ایک تیسرا خمیر چربی کو توڑنے کی قدرت رکھتا ہے اسے لائے پیز کہا جاتا ہے۔ اس کے جادو اثر سے غذا کی تمام چربی صرف چھوٹے چھوٹے ذرات میں تقسیم ہو جاتی ہے چربی کے ہاضمے کا مکمل عمل چونکہ معدہ میں نہیں ہوتا ہے اس لئے یہ غدود اسے اسی حالت میں آنتوں میں پہنچا دیتے ہیں۔

4۔ غذا کے شکری اور نشاستہ دار اجزاء پر اس معدوی لعاب کا یہ اثر ہوتا ہے کہ ان میں شامل خاص شکری اجزاء علیحدہ ہو جاتے ہیں اس کے بعد شکری اجزاء تو فوراً خون میں شامل ہو کر جذب ہو جاتے ہیں۔ مگر نشاستے دار اجزاء کا ہضم پر معدوی لعاب کا پورا اثر نہیں ہوتا بلکہ وہ منہ کے لعاب سے جو غذا ساتھ مل کر آتا ہے معدے میں کسی قدر ٹوٹتا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ معدے کی بڑھی ہوئی تیزابیت لعاب کے اثر کو زائل کر دیتی ہے۔ اب ان نشاستے دار اجزاء کے ہضم کا عمل آگے چل کر آنتوں میں مکمل ہوگا کیونکہ وہاں لبلبہ اور آنتوں کی رطوبتیں ان کو ہضم کرنے کے لئے موجود ہوتی ہیں۔

5۔ معدوی لعاب کی تیزابیت کا ایک اہم اور مفید اثر یہ ہوتا ہے کہ اس سے معدے کے اندر کے تمام جراثیم ہلاک ہو جاتے ہیں اور غذا بالکل پاک صاف حالت میں آنتوں میں پہنچتی ہے۔

6۔ معدوی لعاب کے تیزابی اثر کی بدولت غذاء کے اندر کے فولادی اجزاء ٹوٹ کر قابل

جذب بن جاتے ہیں اور یہ خون میں جذب ہو کر سرخ جرثوموں (ہیموگلوبن) کو تقویت بخشتے ہیں۔

روغن کلونجی اور معدے کا آپس میں گہرا تعلق ہے۔ سینہ کی سوزش، تیزابی کیفیت کا اضافہ، متلی اور پیٹ میں درد وغیرہ میں روغن کلونجی کا کمال اپنی جگہ مسلم ہے۔ ماہرین طب کی رائے ہے کہ معدے میں تیزابیت بڑھنے سے اکثر اعصابی الجھنوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اسی طرح معدے کے ناسور کے مریضوں کا مشاہدہ کیا گیا تو یہ معلوم ہوا کہ مروجہ علاج سے اگر تین مریضوں میں سے ایک مریض کو شفاء ہوتی ہے تو گویا روغن کلونجی ایک مجرب نسخہ ہے جو کہ صد فی صد نتائج برآمد کرتا ہے۔

ہم جو کچھ بطور غذا استعمال کرتے ہیں اس کا براہ راست واسطہ معدے سے پڑتا ہے یہ چونکہ نازک اور حساس عضو انسانی ہے اس لئے اس کی خاص حفاظت کا خیال رکھنا چاہئے۔ معدے کی خرابی فوراً محسوس ہو جاتی ہے یعنی کھٹی ڈکاریں اور طبیعت میں بوجھل پن غذا کے ثقیل اور نہ ہضم ہونے کی علامت ہے۔ اس کا صاف مطلب یہی ہے کہ معدوی لعاب میں موجود تیزابی رطوبتوں نے اس غذا کو ہضم کرنے میں اپنی ناکامی کا اعلان کر دیا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ فوری طور پر مناسب اقدام کا مظاہرہ کیا جائے۔ اگر اس مرحلے پر لاپروائی برتی گئی تو سمجھ لیجئے کہ آپ نے کئی نقائص معدہ کو خود بلاوہ دیا ہے جو کچھ ہی دنوں میں ناسور معدہ یا امعاء معدہ کی شکل اختیار کر لیں گے۔ یہ نہ صرف بے حد تکلیف دہ ثابت ہونگے بلکہ صحت و تندرستی کو بھی نقصان پہنچائیں گے۔ متلی، ابکائی کے احساس کا پیدا ہونا بھی اسی امر کی علامت ہے کہ معدہ میں موجود غذا قوت معدہ سے زیادہ سخت و ثقیل ہے۔ لہٰذا بہتر یہی ہوگا کہ غذا کو کھانے سے قبل اس امر کی یقین دہانی کر لیجئے کہ یہ غذا میرے معدے کی قوت ہاضمہ سے باہر تو نہیں ہے۔ ثقیل غذا کا غیر ہضم شدہ حالت میں آنتوں میں داخل ہونا ان میں خشکی اور زخم کا باعث بنا سکتا ہے جو کہ قبض کی صورت میں انسان پر اثر انداز ہوتی ہے۔ پاخانہ کی بدبو میں بے حد اضافہ بھی اسی جانب توجہ مبذول کرتا ہے کہ آپ کے استعمال میں آنے والی خوراک معدہ کی استطاعت ہاضمہ سے باہر ہے یا آپ کا معدہ ضعف کا شکار ہو چکا ہے۔

ذیل میں شہد اور کلونجی پر مشتمل چند نسخے بیان کئے جا رہے ہیں جو کہ معدے کی عمومی

Scanned with CamScanner

بیماریوں میں کارآمد ہیں۔

درد معدہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: برگ پودینہ چھ ماشہ- دار چینی چھ ماشہ- زنجبیل چھ ماشہ- فلفل سیاہ چھ ماشہ- قرنفل چھ ماشہ- الائچی خورد کے نکلے ہوئے دانے چھ ماشہ- بسباسہ تین ماشہ- حب انار آٹھ تولہ -شہد خالص چار تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد اور حوب انار کے علاوہ سب اجزاء کو باہم ملا کر ہاون دستہ کی مدد سے باریک پیس لیں۔ان باریک سفوف شہد میں ڈال کر اچھی طرح چھینٹیں، اس کے بعد حوب انار ڈال کر اس کا معجون بنالیں اور شیشی میں محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا عام دنوں میں استعمال نہیں کی جاسکتی ہے۔اسے ایام امراض میں اس کی مقدار خوراک ایک تولہ روزانہ تین اوقات استعمال کریں۔یہ درد معدہ میں نفع دیتی ہے اور بلغمی و بادی مرض کو بھی دور کرتی ہے۔

شہد سے ناسور معدہ کا شافی علاج:

اس مرض سے نجات پانے کے لئے زیادہ اجزا ٔ کی ضرورت نہیں ہے صرف شہد ہی کافی ہوتا ہے۔ناسور کے مریض کو روزانہ شہد کی تیس گرام مقدار ایک حصہ صبح ناشتے سے ڈیڑھ گھنٹہ پہلے، دوسری خوراک کھانے کے تین گھنٹے بعد دی جانا چاہئے۔یہ سلسلہ مکمل علاج کے لئے دو ماہ تک جاری رکھنا چاہئے اس دوران مرچ سرخ، تیز مصالحہ جات، سرکہ، پیاز اور ترش اشیاء سے پرہیز کرنا چاہئے۔نمک بھی جس قدر کم استعمال کیا جائے گا اسی قدر جلد مرض میں فائدہ ہوگا۔اگر دو ماہ کی مدت میں مکمل آرام محسوس نہ ہو تو پندرہ دن کے توقف کے بعد یہ عمل دوہرانا چاہئے۔ناسور کے مریض کے لئے یہ احتیاط بھی لازم ہے کہ وہ کھانا زیادہ تیز گرم یا بالکل برف کی مانند ٹھنڈا استعمال نہ کرے۔معتدل گرم کھانا اس کے لئے مناسب ہے۔

شہد سے امعاء معدہ کا شافی علاج:

ھوالشافی: شہد خالص دو تولہ- بادیان دس تولہ۔

طریقہ تیاری: ان دونوں اجزاء کو باہم ملا کر یکجان کر لیں اور کسی ٹھنڈی جگہ پر محفوظ کریں۔ بوقت ضرورت ہی استعمال کیا جائے۔

مقدار خوراک: یہ تمام خوراک ایک ہی دن میں تین مرتبہ استعمال کرنا ہوگی، اس کے تین حصے بنا کر اسے سادہ نیم گرم پانی میں حل کر کے پئیں۔چند یوم میں مکمل شفاء حاصل ہوگی۔

شہد سے ورم معدہ کا شافی علاج:

ھوالشافی: شہد دو تولہ-عرق کاسنی دس تولہ-عرق مکو دس تولہ۔

تیاری و مقدار خوراک: شہد کو ان دونوں عرقیات میں اچھی طرح یکجان کر کے ایک دن میں بار بار پئیں۔ایک دن میں اس سے زیادہ مقدار استعمال کرنا نامناسب ہوتا ہے۔ شہد کو ان عرقیات میں ملاتے وقت یہ خاص خیال رکھا جائے کہ وہ اچھی طرح یکجان ہو جائیں ورنہ نسخے کا مکمل اثر حاصل نہیں ہو سکے گا۔ یہ ورم معدہ کے لئے ایک عمدہ دوا ہے۔یہ حقیقت ہے کہ ورم معدہ کا مریض درد شکم وسینہ سے تڑپتا ہے اور کھانے پینے سے عاجز رہتا ہے جس کی وجہ سے اس کے معدہ میں تیزابیت کی زیادتی ہو جاتی ہے ایسے میں یہ نسخہ معدے کے تمام بگڑے ہوئے افعال کو درست کرتا ہے اور ورم معدہ کو مکمل شفایاب کرتا ہے۔

دوسرا نادر نسخہ:

شہد کو اپنی روزمرہ خوراک کا لازم حصہ بنا لیجئے۔دن میں دو تین بار ایک ایک تولہ چاٹئے۔اس سے ورم معدہ نہ صرف تحلیل ہو جائے گا بلکہ آئندہ کبھی اس مرض کی شکایت کبھی نہیں ہوگی۔

مرض نفاخ معدہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: مصطگی رومی ایک تولہ- دار چینی ایک تولہ-عرق گلاب دس تولہ-شہد خالص 1/2 پاؤ۔

طریقہ تیاری: مصطگی رومی اور دار چینی کو باہم ملا کر ہاون دستے میں اچھی طرح باریک پیس لیں، اس کے بعد انہیں عرق گلاب میں ملا کر شہد میں ڈالیں اور نصف گھنٹہ تک اچھی

Scanned with CamScanner

طرح پھینٹیں۔ جب یہ اجزاء خوب یکجان ہو جائیں تو کسی شیشی یا جار میں ڈال کر انہیں محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا عام دنوں میں بھی استعمال کی جاسکتی ہے کیونکہ یہ معدہ کو تقویت فراہم کرتی ہے۔ عام ایام میں اس کی مقدار 1/2 تولہ سے زائد نہیں ہونا چاہئے۔ جبکہ حالت مرض میں ایک تولہ نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کرنا مفید ہے۔ یادرکھیے کہ یہ دوا ہمیشہ کھانا کھانے کے بعد ہی استعمال میں لائی جائے۔ یہ معدے میں پیدا ہونے والے نفخ کو دور کرتی ہے اور گیس و اپھارہ میں آرام دیتی ہے۔

مرض آماس معدہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: تخم کنوب چار ماشہ۔ انسیون چار ماشہ۔ بادیان چار ماشہ۔ تخم کانسی چار ماشہ۔ تخم مکو چار ماشہ۔ شہد 1/2 پاؤ۔

طریقہ تیاری: ان تمام اجزا کو شہد کے علاوہ کسی برتن میں ڈال کر پانی سے بھرلیں، تاکہ ان کا عرق نکل سکے، دو گھنٹے کے بعد انہیں چولہے پر چڑھادیں اور کفگیر کی مدد سے ہلاتے رہیں دو تین بار جوش آنے پر اتار لیں اور نیم گرم ہونے پر ان اجزاء کو اچھی طرح مسل کر پانی میں ملائیں۔ اس کے بعد اپنی کو صاف ستھرے ململ کے کپڑے سے چھان لیں۔ اس حاصل شدہ پانی میں شہد ڈالیں اور نہایت دھیمی آنچ پر چولہے پر چڑھادیں۔ کفگیر سے ہلانا نہ بھولیں۔ پانی کچھ ہی دیر میں جل کر ختم ہو جائے گا اور شہد باقی رہ جائے گا۔ جب یہ یقین ہو جائے کہ اس شہد میں پانی کی ذرا مقدار باقی نہیں رہی تو اسے اتار کر ٹھنڈا کرلیں اور صاف شیشے کے جار میں بھر کر محفوظ کردیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا بے حد طاقتور اثرات کی حامل ہونے کے ساتھ ساتھ گرم تاثیر بھی رکھتی ہے لہٰذا اس کی مقدار خوراک عام دنوں میں چار ماشہ تک استعمال کرنا سودمند ہوتا ہے جبکہ حالت مرض میں ایک تولہ تک استعمال کی جاتی ہے۔ اس سے معدے کے آماس کو فائدہ ہوتا ہے اور جملہ امراض کی اصلاح ہوتی ہے۔

مرض جوع البقر اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: کشنیز خشک ایک تولہ۔ عود ہندی ایک تولہ۔ شہد خالص 1/2 پاؤ۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: کشنیز اور عود ہندی کو باہم ملا کر باریک پیس لیں اور شہد میں ملا کر اچھی طرح پھینٹیں تاکہ یکجان ہوجائیں۔ اس کے بعد زعفران ملا کر اسے ایک بار پھر اچھی طرح ملالیں۔ اس کے بعد اسے شیشے کے جار میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا بھی عام مستعمل ہے، اسے عام دنوں میں نصف سے ایک تولہ تک استعمال کرنا مفید ہوتا ہے جبکہ ایام مرض میں دو سے تین تولہ تک استعمال کرنا سودمند ہوتا ہے۔ یہ دوا مرض جوع البقر یعنی بھوک میں ضرورت سے زیادہ طلبی اور جوع الکلب میں مفید ہے، عام دنوں میں استعمال کرنے سے یہ معدہ کو تقویت دیتی ہے اور غذا کو ہضم ہونے میں مدد دیتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ دیگر امراض معدہ میں بھی مفید ہے۔

گیس، اپھارہ، بدہضمی اور کھٹے ڈکار اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: سونٹھ ایک تولہ۔ سیاہ دانہ ایک تولہ۔ زیرہ سفید یا سیاہ ایک تولہ۔ الائچی خورد ایک تولہ۔ شہد خالص دس تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ ان سب اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں، اس کے بعد اس سفوف کو اچھی طرح شہد میں ملا کر معجون بنالیں اور صاف ستھری شیشی میں محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا صرف دوران مرض استعمال کی جاتی ہے لہٰذا اسے عام دنوں میں استعمال نہ کریں ورنہ یہ معدہ کی جلن اور سوزش کا باعث بن سکتی ہے۔ ایام مرض میں اس کی مقدار خوراک ایک تولہ سے زائد نہیں ہونا چاہئے۔ یہ اپھارہ و گیس، بدہضمی و کھٹے ڈکار، نوروغ ترش اور قراقر شکم میں مفید و مجرب ہے۔

شہد اور بلغمی و صفراوی بدہضمی:

ہوالشافی: شہد ایک کلو۔ پانی ایک لیٹر۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: پانی اور شہد کو باہم ملا کر اسے کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر نرم آنچ پر چڑھا دیں اور پکنے دیں وقتاً فوقتاً اس میں کف گیر چلاتے رہیں اس سے شہد ملا تمام پانی مکمل گرم ہو سکے گا۔ اسے اس وقت تک پکایا جائے جب تک کہ تمام پانی جل کر خشک نہیں ہو جاتا، جب تمام پانی خشک ہو جائے اور شہد گاڑھا رہ جائے تو اس میں زعفران ملا کر اتار دیں اور ٹھنڈا ہونے پر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: عام ایام میں اس دوا کی مقدار خوراک ایک تولہ استعمال کی جاسکتی ہے جبکہ ایام بیماری میں اس کی مقدار دو سے تین تولہ تک استعمال کرنا سودمند ہوتا ہے۔ یہ افاقہ بخش دوا ہے جو کہ تمام بلغمی اور صفراوی خرابیوں کو دور کر کے معدے کے افعال کو تندرست بناتی ہے۔

جملہ امراضِ معدہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص 1/2 کلو۔ سرکہ انگوری تین چھٹانک۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: شہد اور سرکہ انگوری باہم ملا کر نرم آنچ پر چڑھا دیں۔ آغاز میں کف گیر ہلائیں اور اسے جوش آنے دیں۔ جب پک کر گاڑھا قوام سا بن جائے تو اسے آگ سے اتار کر ٹھنڈا ہونے دیں اور زعفران ملا کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا تمام جملہ امراض معدہ میں مفید و مجرب ہے اس لئے اسے عام دنوں میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے، ان دنوں میں اس کی خوراک کی مقدار نصف تولہ، دس تولہ پانی میں بطور شربت بنا کر استعمال کرنا مفید ہے جبکہ ایام مرض میں اسے ایک تولہ تک نیم گرم پانی دس تولہ میں بنا کر پینا سودمند ہے۔

معدہ کے جملہ امراض اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مصطگی رومی نو ماشے۔ شہد خالص چھ تولہ۔ زعفران تین رتی۔

طریقہ تیاری: مصطگی رومی کو ہاون دستے میں ڈال کر باریک پیس لیں اور اس سفوف کو شہد میں ملا کر اچھی طرح پھینٹیں، اس کے بعد اس میں زعفران ملا کر باہم یکجان کریں۔ یہ

دوا تیار ہے اسے شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا چونکہ تمام امراض معدہ میں مفید و مجرب ہے لہٰذا اسے عام دنوں میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے عام دنوں میں اس کے استعمال سے یہ فائدہ ہوگا کہ آپ کا معدہ طاقت ور ہو جائے گا اور ہر قسم کی غذا کو بآسانی ہضم کر سکے گا اور کسی قسم کی تکلیف پیدا نہیں ہوگی۔ عام دنوں میں اس کی مقدار خوراک نصف تولہ سے زیادہ نہیں ہونا چاہئے جبکہ ایام مرض میں اس کی مقدار خوراک ایک تولہ کی جاسکتی ہے۔ اس سے معدے کی جملہ خرابیاں دور ہو جاتی ہیں۔

نسخہ کلونجی درد معدہ کے لئے:

ہوالشافی: کلونجی کا تیل 10 قطرے، نمک چٹکی بھر، نیم گرم پانی آدھ گلاس۔

ترکیب استعمال: پانی نیم گرم کے اندر چٹکی بھر نمک اور کلونجی کا تیل ملا کر مریض کو پلائیں اور فوری شفاء حاصل کریں۔

نسخہ کلونجی السر معدہ وامعاء کے لئے:

ہوالشافی: کلونجی 25 گرام، رال سفید 50 گرام، چھلکا اسبغول 50 گرام، ملٹھی 50 گرام اور ہلدی 50 گرام۔

ترکیب تیاری: چھلکا اسبغول کو صاف کر لیں اور تمام اجزا کو کھرل میں ڈال کر باریک پیس لیں۔ اگر ہلدی پختہ حالت میں مل جائے وہ زیادہ بہتر رہے گی۔ باریک سفوف بنا کر کسی شیشی میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: مریض کو سفوف بمقدار 3 گرام صبح، دوپہر اور شام کو سادہ پانی کے ساتھ استعمال کروائیے۔ انشاء اللہ تعالیٰ چند یوم میں ہی تکلیف جاتی رہے گی اور السر ختم ہو جائے گا۔

نسخہ کلونجی برائے تبخیر معدہ:

ہوالشافی: کلونجی، بادیان، اجوائن، اصل السوس، کشنیز خشک ہم وزن۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک کر کے (بہت باریک نہ کریں) چھان کر محفوظ کر لیں۔

Scanned with CamScanner

مقدار خوراک: 3،3 گرام ہر کھانے کے بعد تین گھونٹ پانی سے کھلائیں۔

نسخہ کلونجی برائے تقویت معدہ:

ھوالشافی: ایک گلاس سیب کا رس، سیاہ مرچ، زیرہ، نمک تمام چٹکی بھر 10 قطرے کلونجی کا تیل ملا کر پئیں۔

نسخہ کلونجی پیٹ کے درد کے لئے:

یہ معجون ہر طرح کی ریاح کے لئے مفید ترین چیز ہے۔ رطوبات فاسدہ کو قطع کرتی ہے، سدوں کو کھولتی ہے، جسم کے جملہ امراض میں نفع بخش ہے۔

ھوالشافی: مصبر، سقوطریری، حب الرشاد، کلونجی، فلفل، زنجبیل، ہلیلہ سیاہ، ہلیلہ زرد، ہلیلہ کابلی۔

ترکیب تیاری: ہم وزن تمام کو پیس لیں اور شہد مصفیٰ میں گوندھ لیں۔ اور صبح نہار منہ اور شام کو سوتے وقت کھائیں۔ مجرب ہے۔

نسخہ کلونجی برائے ریاح وگیس:

ھوالشافی: کلونجی کا تیل دس قطرے اجوائن دیسی 60 گرام کو 100 گرام لیموں کے پانی میں تر کر کے خشک کر لیں۔ پھر 10 گرام نمک سیاہ پیس کر ملائیں۔ صبح وشام تین چٹکی استعمال کریں۔

ھوالشافی: دیسی اجوائن 10 گرام کلونجی کا تیل 10 قطرے دونوں لیموں کے رس میں ڈبو کر دھوپ میں خشک کریں۔ پھر اس میں 10 گرام نمک سیاہ پیس کر رکھ دیں۔ چٹکی بھر صبح شام کھائیں۔

نسخہ کلونجی ریح شکن (گیس کلر):

مرطوب مزاج والے کے لئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

ھوالشافی: کلونجی 30 گرام، اجوائن دیسی تانخواہ 30 گرام، پودینہ خشک 50 گرام، زنجبیل 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو گرائنڈ کر کے محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: ہر کھانے کے بعد یا بوقت ضرورت 3 گرام نیم گرم پانی سے یا عرق پودینہ ایک کپ کے ہمراہ۔

نسخہ کلونجی بھوک کی کمی کے لئے:

ھوالشافی: 4 تولہ ثابت کلونجی کے دانے ایک رات خالص فروٹ کے سرکہ میں ڈبو کر رکھیں۔ ایک دن خشک کر کے سفوف بنالیں۔ اس کو آدھ پاؤ شہد اور 10 قطرے کلونجی کے تیل میں ملا کر صبح شام چھ چھ ماشے کھائیں۔

ھوالشافی: کلونجی، ریوند خطائی۔ ہم وزن لے کر باریک پاؤڈر تیار کر لیں۔

مقدار خوراک: آدھا چمچ چائے والی صبح شام پانی سے۔

ھوالشافی: تخم کلونجی، سرکہ۔ سرکے کے چند قطرے ٹھنڈے پانی کے ایک کپ میں ڈال کر ایک چمچ کلونجی کا سفوف میں ڈال کر اوپر سے ٹھنڈا پانی سرکہ ملا ہوا پلائیں۔

کھانا کھانے سے 10 منٹ پہلے استعمال کریں۔

نسخہ کلونجی برائے دیدان الجوف:

ھوالشافی: کلونجی لے کر پیس کر سرکہ میں گوندھ لیں اور گرم پانی سے مریض کو 3 ماشہ کی مقدار میں کھلائیں۔ نیز مریض کے پیٹ پر لیپ کریں۔ بفضل تعالیٰ پیٹ کے کیڑے مر کر نکل جائیں گے۔

تیزابیت اور دوسری پیٹ کی تکالیف کے لئے کلونجی کا علاج:

ھوالشافی: ایک کپ دودھ ایک چمچ کلونجی آئل کے ساتھ دن میں تین دفعہ پانچ دن تک لیں۔ پیٹ کی تمام خرابیاں دور ہو جائیں گی۔

نسخہ کلونجی برائے ضعف ہضم:

ھوالشافی: کلونجی 50 گرام، نمک سیاہ 25 گرام، سونف 50 گرام، انار دانہ 50 گرام،

Scanned with CamScanner

برگ پودینہ 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک کر کے محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: بعد از غذا 3,3 گرام کھالیا جائے۔

فم معدہ کی درد کے لئے نسخہ کلونجی:

ہاضمہ کی اصلاح کرتا ہے۔ معدہ اور فم معدہ (معدہ کا منہ) کی درد کو دور کرتا ہے۔ معدہ کو طاقت دیتا ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، پوست سنگدانہ مرغ 50 گرام، پودینہ خشک 50 گرام، سونٹھ 30 گرام، فلفل دراز 50 گرام، ست پودینہ سوا گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو گرائنڈ کر کے رکھ لیں اور ست پودینہ آخر میں ملا دیں۔

طریقہ استعمال: ہر کھانے کے بعد 2,2 گرام کھلایا جائے۔ بوقت ضرورت 3 گرام تک نیم گرم پانی سے کھلایا جائے۔

کثرت تیزابیت اور کھٹے ڈکاروں کے لئے کلونجی کا علاج:

آج کل تیزابیت کی کثرت ہر دوسرے آدمی کو ہے جسے دیکھو مبتلائے ابتلاء ہے۔ درج ذیل نسخہ تیزابیت کی کثرت کو رفع کرتا ہے۔ طبیعت میں سکون پیدا کرتا ہے۔ کچھ عرصہ کا استعمال بہتر نتائج پیدا کرتا ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، ملٹھی 100 گرام، سونف 100 گرام، ہلدی 100 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک کر لیں۔

طریقہ استعمال: ہر کھانے کے بعد 3 گرام کھلائی جائے اور جب معدہ میں جلن ہو رہی ہو تو اس وقت ایک خوراک فوری اثر دکھاتی ہے۔

نسخہ کلونجی گیس اور اپھارہ کے لئے:

ہوالشافی: کلونجی، اجوائن، سہاگہ بریاں، زیرہ سفید، فلفل سیاہ، نمک سیاہ۔ تمام ادویہ ہم وزن لے کر باریک پیس لیں۔ اپھارہ کے لئے یہ سفوف دن میں چار مرتبہ پانی کے ساتھ

استعمال کریں۔ اگر دل کا عارضہ بھی لاحق ہو تو یہ سفوف بغیر نمک کے تیار کریں اور جوارش شاہی آدھا چمچ، جوارش انارین ایک چمچ۔ تینوں چیزیں ایک ہی وقت میں دن میں تین بار استعمال کریں۔ پھر فوائد ملاحظہ کریں۔

ہوالشافی: آب ادرک ایک تولہ، کلونجی کا تیل 6 قطرے تھوڑا سا نمک پانی میں ملا کر استعمال کرائیں۔

گیس اور ریاح کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 100 گرام، چینی 100 گرام۔

ترکیب ساخت و استعمال: اوّل دونوں ادویہ کو باریک پیس کر ملا لیں اور یہ سفوف تیار ہو جائے گا۔ صبح و شام غذا کے بعد آدھ چمچ چائے والا کر استعمال کریں تا کہ پانی کے ساتھ کھانے یہ سفوف حلق سے اتر جائے اور ہضم کے لئے مفید ہے۔ دوم قہوہ ایک کپ میں کلونجی کا تیل تین قطرے ملا کر نوش کریں۔

کاسر ریاح نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: اجوائن دیسی 60 گرام، نمک سیاہ 10 گرام، روغن کلونجی 12 قطرے۔

ترکیب استعمال: اجوائن کو لیموں کے رس ایک پاؤ میں بھگو کر رکھ دیں۔ خشک ہونے پر باقی ادویہ نمک اور روغن کلونجی شامل کر کے صبح و شام کھانے کے بعد تین انگلیوں کی چٹکی سے کھائیں۔

Scanned with CamScanner

ہماری آنتیں اور شہد اور کلونجی

جسم انسانی میں آنتوں کا بڑا اہم کردار ہوتا ہے یہ ہمارے جسم میں غذا کی نقل وحرکت میں معاونت ادا کرتی ہیں، جیسا کہ پہلے معلوم ہو چکا ہے کہ معدے کے نیچے کا بواب ایک قدرتی دربان کی سی حیثیت رکھتا ہے جو کہ صرف ہضم شدہ نرم اور پتلی خوراک (کیموس) کو معدے سے آگے آنتوں میں جانے دیتا ہے اور پھر روانہ کی گئی غذا کو واپس معدے میں لوٹنے بھی نہیں دیتا ہے۔معدے سے آگے دوقسم کی آنتیں ہوتی ہیں، جو کہ بڑی اور چھوٹی آنت کے نام سے موسوم کی جاتی ہیں۔چھوٹی آنت تقریباً بیس فٹ لمبی نالی ہوتی ہے جس کے پیچ دار لچھے ایک بڑی ربر کی ٹیوب کی طرح پیٹ کے اندر لپٹے لپٹائے رہتے ہیں اس کے پہلے حصے کو جو کہ بواب سے آگے ایک نعل کی طرح بائیں جانب مڑا ہوتا ہے، بارہ انگشتی آنت (اثناء عشری) کہا جاتا ہے۔

اس کے ابتدائی حصے میں معدے سے آئی ہوئی نرم، پتلی اور ترش تیزابی غذا (کیموس) داخل ہوتی ہے۔اس سے آگے کے حصے میں جگر سے آیا ہوا پیلا پت (صفراء) اور لبلبے سے آیا ہوا لبلبی لعاب داخل ہوتے ہیں۔ یہ دونوں عموماً ایک ہی نالی سے اثناء عشری آنت میں داخل ہوتے ہیں۔پت اور لبلبی لعاب دونوں کھاری یا قلوری ہوتے ہیں اس لئے ان کے اثر سے ترش تیزابی کیموس کھاری بن جاتا ہے۔آنت کی دیوار اور لبلبے سے نکلی ہوئی رطوبت غذ ہاضمے کے لئے اپنا کیمیائی عمل کھاری حالت میں ہی صحیح طرح انجام دے سکتے ہیں اس لئے یہ ایک مفید قدرتی انتظام ہے۔

اس کے بعد صفراء کا کام یہ ہوتا ہے کہ اس کے اثر سے بارہ انگشتی آنت میں آئی ہوئی غذا کے اندر کی چکنائیاں چربیاں گھل گھل کر شیرہ بن جاتی ہیں اور پھر کچھ عرصہ کے بعد یہ شیرہ زیادہ لطیف بن کر خون اور لمف کی باریک رگوں میں جذب ہو کر بدن کے ان حصوں میں پہنچ جاتا ہے جنہیں چربی کی ضرورت ہوتی ہے۔ پت کے دوسرے اثرات جگر کے افعال میں تفصیلی بیان کئے جا چکے ہیں۔لبلبی لعاب یا رطوبت بھی عجیب خاصیتیں رکھتا ہے اس میں تین طرح کے

خمیر ہوتے ہیں۔

1۔اسٹپسین: اس نام کی ایک رطوبت تیل، چربیوں اور چکنائیوں کو گھول گھال کر پتلا شیرہ بنانے میں مدد دیتا ہے جو آسانی سے جذب ہو جانے کی صلاحیت رکھتی ہیں۔

2۔امائیلوپسین: اس نام کی رطوبت نشاستے دار اجزاء کو شکر انگوری میں بدل دیتا ہے جو آسانی سے جذب ہو کر آئندہ بدن میں جل کر توانائی پیدا کر سکیں گے۔

3۔ٹرپسین: یہ تیسرا خمیر ہوتا ہے جو کہ غذا کے نائٹروجنی پروٹینی اجزاء کی مزید توڑ پھوڑ کر کے پیپ ٹون کو ان کی سادہ اور آخری قابل جذب شکل یعنی امینو ایسڈ میں تبدیل کر دیتا ہے۔

چھوٹی آنت کی استری جھلی میں بہت سے اونچے اونچے ابھار (خملات Villi) انگلیوں کی شکل کے ہوتے ہیں جن میں خون کی باریک باریک رگیں موجود ہوتی ہیں جو ہضم شدہ غذائی اجزاء کو جذب کر لیتی ہیں۔ان ابھاروں میں غدود یا گلٹیاں بھی ہوتی ہیں جن میں سے آنتوں کا رس نکلتا ہے یہ رس بھی غذا کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

بڑی آنت یعنی قولون تقریباً پانچ فٹ لمبی ہوتی ہے اس کی گولائی چھوٹی آنت سے دگنی اور موٹی ہوتی ہے اس میں انگلی نما ابھار اور غدود نہیں ہوتے۔آغاز میں ایک منہ بند پوٹلی ہوتی ہے جس کے پچھلے حصے سے ایک موٹی تین اور چھ انچ لمبی کیچوے کی شکل کی دم سی (زائدہ دودیہ) لٹکی ہوتی ہیں، جب بڑی آنت میں غذا پہنچتی ہے تو اس کے غذائی اجزاء قریب قریب سب ہی پہلے نکل چکے ہوتے ہیں اور چھوٹی آنت میں جذب ہو چکے ہوتے ہیں اب صرف فضلہ باقی رہ جاتا ہے جو بالآخر مبرز میں پہنچ کر پاخانے کی شکل میں جسم سے خارج ہو جاتا ہے۔

قبض کیا ہوتی ہے؟

اسے بڑی آنت میں خشکی کا نام دیا جاتا ہے۔آنتوں میں فضلہ زیادہ دیر تک رکے رہنے سے کسی حد تک اس کی نمی آنتوں میں جذب ہو جاتی ہے جو کہ آگے پہنچ کر خون میں شامل ہو جاتی ہے جبکہ باقی مقدار بوز کی صورت میں جسم سے مسلسل خارج ہوتی رہتی ہے اور فضلہ خشک ہو کر اکڑنے لگتا ہے۔اس سے عموماً آنت میں خراشیں پڑ جاتی ہیں جن کا اگر وقت پر صحیح علاج نہ کیا جائے تو آنتوں کے ضعف اور بواسیر کی تکلیف ہو سکتی ہے۔یہ حقیقت ہے کہ آنتوں میں

Scanned with CamScanner

جب ردی مادے اور فضلات جمع ہوتے ہیں تو طرح طرح کی تکلیفیں پیدا ہونے لگتی ہیں۔

ضروری ہے کہ آنتوں کے طبعی افعال کو متحرک و متوازن رکھا جائے تاکہ قبض نہ پیدا ہو۔ قبض سے قریباً تمام جسم کا نظام بگڑ جاتا ہے اور کئی قسم کے امراض سر اُٹھاتے ہیں۔ اگر اس کا تدارک فوراً کیا جائے تو یہ ختم ہو جاتا ہے اگر اس کے علاج میں کوتاہی برتی جائے تو یہ بگڑ کر دائمی صورت اختیار کر لیتا ہے اور کافی وقت کے بعد جان چھوڑتا ہے۔ ایسے مریضوں کو چکر، سر درد، آنکھوں سامنے اندھیرا اور درد چشم کا سامنا رہتا ہے۔

لوگوں کی خاصی تعداد اس مرض میں مبتلا ہے جو روزانہ کئی قسم کی ادویات سے معدے و آنتوں کو مزید خشکی میں مبتلا کر رہے ہیں، ناقص اور گرم ادویات کے ساتھ مناسب اور معتدل غذا کا استعمال نہ کرنا بھی کسی بیماری کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ شہد قبض کے لئے کسی اکسیر سے کم نہیں ہے کیونکہ یہ جراثیم کش ہے اسی لئے فضلات سے خون میں جذب ہونے والے زہریلے مادوں کو نہایت عمدگی سے نکال باہر کرتا ہے اور قبض کی شکایت کو توڑتا ہے اور آنتوں کے عمل میں باقاعدگی لاتا ہے۔ جہاں شہد قبض کو رفع کرتا ہے، وہیں یہ برعکس اسہال یعنی دستوں کو بھی بند کرتا ہے۔ دونوں امراض کا باعث زہریلے فضلات ہیں۔ شہد میں چونکہ قدرتی شکر موجود ہے اس لئے یہ جسم اور خون میں پیدا ہونے والی گندگی کو زیادہ بہتر انداز میں خارج کرتا ہے۔

عمومی قبض کا شہد سے شافی علاج:

ھوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ گلقند دو تولہ۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: ان دونوں اجزاء کو باہم ملا کر اچھی طرح یکجان کر لیں اس کے بعد اسی وقت استعمال میں لائیں۔

مقدار خوراک: یہ تمام دوا ایک ہی وقت کے لئے کافی ہوتی ہے اسے ایام مرض میں رات کو سونے سے قبل استعمال کریں۔ اسے اگر نیم گرم دودھ یا پانی کے ساتھ استعمال کیا جائے تو زیادہ مفید ہوگا۔ یہ دائمی قبض کو بھی توڑ دیتی ہے۔ اس دوا کا صحیح اور موزوں وقت رات کو سونے سے قبل کا ہے۔

مرض قبض خشک اور شہد سے علاج:

ھو الشافی: الائچی خورد چھ ماشہ۔ لونگ چھ ماشہ۔ دار چینی ایک تولہ۔ جاوتری ایک تولہ۔ عود ہندی ایک تولہ۔ سعد کون ایک تولہ۔ شہد خالص ایک پاؤ۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ ان سب اجزاء کو باہم ملا کر اچھی طرح ہاون دستے میں کوٹ لیں جب باریک ہو جائیں تو انہیں چھان کر شہد میں ملا دیں اور اچھی طرح پھینٹیں اس کے بعد انہیں کسی جار میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: صرف ایام مرض میں ہی یہ دوا استعمال کی جائے، کھانے کے بعد اس کی مقدار خوراک ایک تولہ نیم گرم پانی یا دودھ کے ساتھ استعمال کرنے سے فوری اثرات مرتب ہوتے ہیں قبض دور ہوتی ہے اور آنتوں کی خشکی زائل ہوتی ہے۔ یہ قبض کے لئے ایک اکسیر و مجرب نسخہ ہے۔

مرض قبض خشک کا ایک سادہ نسخہ:

ایک پیالہ نیم گرم پانی میں شہد کا ایک چمچہ ملا کر اچھی طرح حل کر لیں اور رات کو سونے سے قبل پئیں یہ دائمی قبض کے لئے بہترین اور آسان نسخہ ہے۔ اس سے قبض نہ صرف ٹوٹ جائے گی بلکہ آنتوں کی صفائی بھی ہوگی۔

مرض دائمی قبض اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص تین تولہ۔ مغز اخروٹ دو تولہ۔ عرق گلاب آشتہ دس تولہ۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: مغز اخروٹ کو ہاون دستے میں ڈال کر اچھی طرح باریک پیس لیں اس کے بعد ان سب اجزاء کو کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر سربند پکائیں خیال رہے کہ یہ مرکب جل نہ جائے اس لئے وقتاً فوقتاً اسے دیکھتے رہیں۔ جب یہ گاڑھا قوام بن جائے تو اسے اتار کر کسی مرتبان میں ڈالیں اور اسی سایہ دار جگہ پر ایک ہفتہ کے لئے رکھ دیں۔ ایک ہفتہ کے بعد اسے نکال کر استعمال کریں۔

مقدار خوراک: یہ چونکہ تیز اثر دوا ہے اس لئے اسے صرف ایام مرض میں ہی استعمال کرنا

Scanned with CamScanner

مفید ہوتا ہے دوران قبض اسے دو تولہ کی مقدار میں نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ قبض سے فوری چھٹکارا ملے گا اور آنتوں کی صفائی ہوگی۔

مرض سیلان اللعاب اور بلغمی قبض اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: دار چینی تین ماشہ- زنجبیل تین ماشہ- شہد خالص دو تولہ- زعفران ایک رتی

طریقہ تیاری: دار چینی اور زنجبیل دونوں کو ملا کو اچھی طرح باریک پیس لیں اس کے بعد اس سفوف کو زعفران کے ہمراہ شہد میں اچھی پھینٹ کر ملا دیں، تمام اجزاء جب اچھی طرح یکجان ہو جائیں تو اسے شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: ایام مرض میں اس دوا کی ایک تولہ مقدار خوراک نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں یہ سیلان لعاب اور بلغمی قبض میں بے حد مفید و اکسیر دوا ہے۔

فربہ بدن افراد کی قبض دور کرنے کا نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی، ہلیلہ زرد، ہلیلہ سیاہ ہم وزن لے کر کوٹ کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: 1 تا 3 گرام رات سوتے وقت نیم گرم پانی ہمراہ۔

کلونجی سے قبض کا علاج:

ہوالشافی: شکر سرخ دو تولہ، سنائی مصفیٰ 4 گرام۔ دونوں کو رات سوتے وقت نیم گرم دودھ کے ساتھ 12 قطرے روغن کلونجی شامل کر کے پلا دیں۔ انشاء اللہ قبض کا نام ونشان نہ رہے گا۔

دائمی قبض کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: سنائی مصفیٰ 60 گرام، کلونجی 100 گرام، پنیر ڈوڈی 100 گرام۔ تمام ادویہ کو باریک پیس کر سفوف تیار کریں۔ پھر ادرک کا رس ایک پاؤ میں بھگو دیں جب پانی خشک ہو جائے تو سفوف بنالیں۔ صبح شام ایک چمچ سفوف پانی تازہ سے استعمال کریں۔

فوائد: یہ دوا دائمی قبض، گیس، ریاح وغیرہ کے لئے بے حد مفید ہے۔

قبض کو ام الامراض کہا جاتا ہے۔ قبض کو دور کرنے کے لئے ادویہ عموماً دو طرح کی دی جاتی ہے۔ 1۔ فضلات کو پھسلا کر نکالنے والی۔ 2۔ امعاء کو نچوڑ کر فضلات کو خارج کرنے والی۔

دبلے پتلے بدن والے افراد کی قبض کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 5 گرام، بھوسی اسبغول 10 گرام۔

ترکیب استعمال: رات کو تازہ پانی ایک گلاس سے استعمال کرایا جائے۔

ہوالشافی: روغن کلونجی ایک تولہ، روغن بادام ایک تولہ، روغن زیتون 6 تولہ۔ تینوں کو ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت 2 تا 4 چمچ چائے والے نیم گرم دودھ میں ملا کر پی لیں۔

مرض بواسیر کیا ہوتا ہے؟

یہ مرض بڑی آنت یعنی قولون میں خشکی پیدا ہونے کے باعث لاحق ہوتا ہے۔ اسے ایلوپیتھک اصطلاح میں "پائلز" کہتے ہیں۔ بواسیر کی یوں تو کئی قسمیں ہیں مگر بادی اور خونی بواسیر ان سب میں سب سے زیادہ تکلیف دہ اور خطرناک ہیں۔ عام طور پر بادی اور خونی بواسیر کے مریض پائے جاتے ہیں۔ اندرونی بواسیر کے مسّے گہرائی میں اندرونی جانب ہوتے ہیں جبکہ بیرونی بواسیر کے مسّے کرسی پر بیٹھنے، سواری پر چڑھنے یا اترنے یا فضلے کی رگڑ سے اکثر عفونت زدہ ہو کر زیادہ تکلیف دیتے ہیں۔ جو لوگ ایسی ادویہ (جلاب وغیرہ) استعمال کرتے ہیں جن سے اسہال زیادہ آئیں وہ بھی اس تکلیف کا شکار ہو جاتے ہیں۔

حکماء کا کہنا ہے کہ بواسیر کے کئی اسباب ہیں جن میں ایک یہ ہے کہ ہمارے ہاں گذشتہ چند برسوں کے اندر غذا میں حیرت انگیز تبدیلی پیدا ہوئی ہے۔ چٹ پٹے اور کرارے کھانے، تیز مصالحہ کا بھنا ہوا گوشت، تکے، کباب، بنی ہوئی ران، کڑاہی گوشت، کٹا کٹ، قیمہ شاہی اور گردے کپورے بازاروں میں کھانے کا رواج بڑھ گیا ہے۔ ان کے ساتھ سادے نان، روغنی نان، شیر مال، اور نافتان کھائے جاتے ہیں۔ مرغن غذائیں آسانی سے ہضم نہیں ہوتی ہیں اس لئے ان کے ساتھ اب پیپسی کولا جیسے مشروبات کھانے کے بعد پئے جاتے ہیں پھر بھی کھانا ہضم نہ ہوا اور سینے پر بوجھ محسوس ہو تو ہاضمے کی رنگ برنگی ادویہ کا سہارا لیا جاتا ہے، ان سب عوامل سے بواسیر کے مرض کے لاحق ہونے کا 95% فی صد امکان ہوتا ہے۔ اکثر خواتین دورانِ حمل

Scanned with CamScanner

میں بواسیر کے مرض میں مبتلا ہو جاتی ہیں لیکن یہ عمل وقتی طور پر ہوتا ہے۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ بچہ پیٹ میں جوں جوں پرورش پاتا ہے، اندر سے دباؤ آس پاس کی خون کی رگوں پر اثر انداز ہوتا ہے جس کی وجہ سے خون رُک کر مسے پڑ جاتے ہیں۔ یہ بچے کی پیدائش کے بعد کچھ ہی عرصہ میں خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں لیکن بسا اوقات مستقل بیماری کی صورت ہو جاتی ہے۔ ایسے میں علاج کرنا ضروری ہو جاتا ہے۔

بادی بواسیر کی یہ پہچان ہے کہ بار بار ٹوائلٹ میں جانا پڑے اور رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس باقی رہے کہ پیٹ میں ابھی کچھ بوجھ باقی ہے یا آپ صحیح طرح سے فارغ نہیں ہو پائے، آنتیں صاف نہیں ہوتیں، طبیعت مکدر رہے تو آپ اپنی غذا کی جانب توجہ دیجئے۔ خصوصاً قبض لاحق نہ ہونے دیں۔ مخصوص پرہیزی عمل اور متوازن غذا کے استعمال سے بواسیر دور ہو جاتی ہے یہ کوئی ناقابل علاج بیماری نہیں ہے بشرطیکہ اس کا اصل سبب تشخیص کر کے اس کا علاج کیا جائے۔

بواسیر میں جو اشیاء نقصان یا فائدہ پہنچاتی ہیں ان کی تفصیل کچھ یوں ہے۔

☆ بڑا گوشت بالکل نہ کھائیے۔

☆ بینگن، مسور کی دال اور اروی کا استعمال بالکل ترک کر دیں۔

☆ بکری کا گوشت ہفتے میں ایک بار سے زائد نہ کھائیں۔

☆ سرخ مرچ کا استعمال کم سے کم کیجئے۔

☆ بیکری میں بنی ہوئی تمام اشیاء سے مکمل پرہیز کریں۔

☆ آنتوں میں تیزابیت بڑھانے اور خراش ڈالنے والی غذا نہ کھائیں۔ اس میں تیز گرم مصالحے اور گوشت سے بنی تمام ڈشیں شامل ہیں۔

☆ امریکن روئی یا پروں والی فوم کی گدی پر نہ بیٹھیے، بید یا نواڑ کی کرسی پر بیٹھ کر کام کیجئے۔

☆ ایک سب سے ضروری بات یہ کہ اپنے آپ کی حفاظت کیجئے اور کسی بھی صورت میں خود کو قبض نہ ہونے دیجئے۔

☆ رفع حاجت کا ایک وقت مقرر کریں اور ہو سکے تو صبح و شام ٹوائلٹ جانے کی عادت ڈالیں۔

☆ اس مرض کے دوران مولی کھائیں خواہ وہ کچی ہو یا پکائی گئی ہو، سلاد بھی ہر کھانے کے

ہمراہ ضرور کھائیں۔ اگر مولی کے پتے میسر ہوں تو انہیں ضرور کھائیں، اسی طرح مولی کے ایام نہ ہوں تو مولی کا رس ایک گلاس روزانہ حکیم سے لے کر بطور دوا پئیں۔

☆ اجابت سے فراغت کے بعد پانی سے اچھی طرح طہارت کرنے کے بعد مقعد کو صابن سے اچھی طرح دھوئیں اور کسی نرم و ملائم کپڑے سے جسم خشک کر کے معمولی سا زیتون کا تیل لگائیں۔

قدیم اور دانش مند حکماء بواسیر کا خون جاری ہوتے ہوئے بھی اسے نہیں روکتے تھے ان کا کہنا تھا کہ مسّوں کا رکا ہوا خون فاسد ہو جاتا ہے لہٰذا اس کا اخراج بہتر ہے لیکن اگر مریض بہت زیادہ کمزور ہوتا تو وہ فوراً اسے روکنے کی تدبیر کرتے۔ بواسیر کی دوسری اہم قسم خونی بواسیر ہے اس میں مسّوں سے وقتاً فوقتاً خون جاری رہتا ہے جو کبھی پاخانے سے مل کر اور کبھی پاخانے کے بعد قطروں کی شکل میں نکلتا رہتا ہے جس کے باعث مریض پر نقاہت اور لاغری کا غلبہ ہو جاتا ہے۔ بادی بواسیر میں درد اور خارش کا زور رہتا ہے خون وغیرہ نہیں نکلتا ہے لیکن یہ خارش عموماً اس قدر شدید ہوتی ہے کہ مریض کھجا کھجا کر جسم پر زخم ڈال لیتا ہے۔

بواسیر کے مسّے ابھرنے کے باعث اکثر ورم کی شکایت ہو جاتی ہے اور رفع حاجت میں تنگی اور تکلیف کا سامنا ہوتا ہے اور عموماً ایسی حالت میں قبض بھی شدید ہوتی ہے جو کہ مریض کو دوہری تکلیف میں مبتلا کر دیتی ہے۔ مقعد کے مقام پر موجود مسّوں پر جب زیادہ دباؤ پڑتا ہے تو یہ خود بخود پھٹ جاتے ہیں اور ان میں سے خون رسنا شروع ہو جاتا ہے۔ ایسے میں مریض کی نقاہت و لاغری کے ساتھ ساتھ مثانے کا فعل بھی متاثر ہوتا ہے اور اس کے ہمراہ کئی دوسری شکایتیں بھی لاحق ہو جاتی ہیں، جن میں کمر میں درد، سر چکرانا، زبان کا سیاہ پڑنا اور نچلے ہونٹ پر زردی یا سفیدی مائل ذرات کا دکھائی دینا وغیرہ شامل ہیں۔ شہد اپنی گوناگوں خوبیوں کے باعث مرض بواسیر میں اپنے شفائی اثرات کا مظاہرہ کرتا ہے۔ ایک گلاس پانی میں ایک تولہ شہد ملا کر مریض کو بوقت تکلیف پلانا اس کی تکلیف میں توقف پیدا کرتا ہے۔

مسّوں کی جلن اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: بواسیر کے مسّوں میں جب خارش شروع ہوتی ہے تو یہ ناقابل برداشت ہوتی ہے

Scanned with CamScanner

اس کی شدید صورت کچھ ہی دیر میں سخت جلن کی صورت میں نمودار ہوتی ہے۔ ایسے میں آپ شہد ایک تولہ لے کر اس میں ہم وزن دیسی گھی شامل کر کے مرہم بنا لیں اور اسے مسّوں کے مقام پر لگا کر آہستہ آہستہ مساج کریں، مسّوں میں خواہ جس قدر جلن ہو کچھ ہی دیر میں آرام نصیب ہو جاتا ہے۔

مرض خونی بواسیر اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد دو تولہ - دیسی گھی ½ پاؤ - جڑ و چھال کتھ کلر ایک عدد۔

طریقہ تیاری: شہد اور دیسی گھی کو کسی ایک برتن میں ڈال کر خوب اچھی طرح یکجان کر لیں۔ اس کے بعد اس میں حسب ضرورت کتھ کلر کی جڑ یا چھال لے کر کتھ کلر کے پنچانگ میں ڈال کر رکھ دیں ایک دن کے بعد اسے اس محلول میں سے نکالیں اور سایہ دار جگہ پر رکھ کر خشک کر لیں، خشک ہونے پر نیا پنچانگ بنائیں اور اس میں ایک بار پھر اس جڑ یا چھال کے ٹکڑے کو بھگو دیں ایک دن کے بعد اسے نکال کر دوبارہ کسی سایہ دار جگہ پر رکھ کر خشک کریں۔ ہنوز اس عمل کو ایک بار پھر دہرائیں، اس کے بعد اسے مکمل خشک ہونے پر ہاون دستے میں ڈال کر باریک پیس لیں کہ میدے کی طرح سفوف بن جائے۔ اس کے بعد اس سفوف کو شہد اور دیسی گھی کے آمیزے میں ڈال کر معجون سا بنا لیں۔ یاد رہے کہ سفوف اچھی طرح شہد و دیسی گھی میں یکجان ہو جائے۔ دوا تیار ہے اب اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا ایام مرض میں ہی استعمال کی جا سکتی ہے، عام دنوں میں اس کے استعمال سے گریز کریں، اس کی مقدار خوراک ایک تولہ سے ہرگز زیادہ نہیں ہونا چاہئے۔ یہ ہر طرح کی خونی و بادی بواسیر کے لئے اکسیر و مجرب ہے۔

مرض خونی بواسیر تر و خشک کا شافی علاج:

ہوالشافی: شہد خالص ایک پاؤ- عرق آملہ 9 تولہ- گائے کا گھی 9 تولہ- بکری کا دودھ 2½ پاؤ۔

طریقہ تیاری: چھ ماشہ شہد لیں اور اس میں ایک ایک تولہ عرق آملہ اور گائے کا گھی شامل کر کے اچھی طرح یکجان کر لیں اور مریض کو تازہ تازہ پلائیں یعنی اسے باسی کر کے نہیں

پلانا چاہئے۔

مقدار خوراک: یہ دوا تمام ایک ہی وقت میں مریض کو دن میں تین مرتبہ بنا کر کھلانی چاہئے اور ہر دوا کے ہمراہ بعد میں بکری کا ½ پاؤ دودھ ضرور پلائیں، یہ دوا خون کی زیادتی اور بندش نہ ہونے پر دی جاتی ہے۔

مرض خونی بواسیر تر اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: برگ سن چار تولہ- افیون تین تولہ- زنجبیل تین تولہ- شہد خالص ½ پاؤ

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزا کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور شہد میں اچھی طرح ملا دیں، ان اجزاء کو شہد میں اچھی طرح چھینٹیں کہ سب اجزاء یکجان ہو کر معجون بن جائے، اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا صرف ایام مرض میں استعمال کی جاتی ہے۔ گائے کا ½ کلو دودھ لے کر اس میں دس تولہ گائے کا دیسی گھی ملائیں، اس کے بعد اس میں تین تولہ شکر سفید ملا کر ایک تولہ دن میں تین مرتبہ استعمال کریں اس دوران دستوں کے لگنے کا خدشہ ہوتا ہے لہٰذا اس امر سے نہ گھبرائیں چالیس دن تک یہ نسخہ آزمائیں اگر دست ناقابل برداشت ہو جائیں تو کسی حکیم سے رجوع کریں۔

مرض بادی و خونی بواسیر اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد 22 تولہ- تخم کرنج 112 تولہ۔

طریقہ تیاری: تخم کرنج کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیجئے، اس کا سفوف کسی صاف اور خشک شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا صرف ایام بیماری میں استعمال کی جا سکتی ہے۔ اس کی مخصوص ترتیب ہے یہ دوا اسی ترتیب سے کھانا چاہئے۔ پہلے دن یہ دوا ایک تولہ شہد کے ساتھ ایک ماشہ کی مقدار میں کھائیں، دوسرے دن یہ سفوف دو ماشہ ایک تولہ شہد کے ساتھ کھائیں اسی طرح تیسرے دن تین ماشہ، چوتھے دن چار ماشہ، پانچویں دن پانچ ماشہ، چھٹے دن چھ ماشہ، ساتویں دن سات ماشہ، آٹھویں دن آٹھ ماشہ، نویں دن نو ماشہ، دسویں دن دس

Scanned with CamScanner

ماشہ، گیارہویں دن گیارہ ماشہ، بارہویں دن بارہ ماشہ، تیرھویں دن گیارہ ماشہ، چودھویں دن دس ماشہ، پندرھویں دن نو ماشہ، سولہویں دن آٹھ ماشہ، سترھویں دن سات ماشہ، اٹھارہویں دن چھ ماشہ، انیسویں دن پانچ ماشہ، بیسویں دن چار ماشہ، اکیسویں دن تین ماشہ، بائیسویں دن دو ماشہ اور تیئسویں دن ایک ماشہ کی مقدار میں یہ سفوف روزانہ ایک تولہ شہد کے ہمراہ کھائیں۔ یہ ہر قسم کی بواسیر کے لئے نہایت مفید و مجرب نسخہ ہے۔

مرض خونی و بادی بواسیر کے لئے:

ھوالشافی: شہد خالص۔ بوتل کا کارک ایک عدد۔

طریقہ تیاری: کئی قسم کی مصنوعات کی بوتلوں پر اب بھی کارک لگایا جاتا ہے، ان میں ایک کارک لے کر اسے کسی چیز میں ڈال کر آگ لگا دیں اور اس کی راکھ بنا دیں، اس سلسلے میں یعنی آگ لگانے کے لئے کسی قسم کے کاغذ، تیل وغیرہ کا استعمال نہ کریں، اگر شہد کے چند قطرے اس پر گرا دیے جائیں تو زیادہ بہتر ہے۔ جب یہ راکھ بن جائے تو اسے کسی شیشی میں محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: اس راکھ کی چھ ماشہ مقدار لے کر اسے ایک تولہ شہد میں اچھی طرح ملائیں اور دن میں تین مرتبہ استعمال کریں، ممکن ہے کہ اس کو چاٹتے وقت آپ کو کارک کی بساندھ محسوس ہو، اسے برداشت کرتے ہوئے یہ دوا جاری رکھیں چند ہی دنوں میں اس کا شفائی اثر آپ کو خود بخود محسوس ہوگا۔

مرض خونی بواسیر خشک اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: خالص رسوت دس تولہ۔ سونا مکھی ایک تولہ۔ عرق گلاب ایک چھٹانک۔ شہد خالص ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: ایک صاف ستھری بوتل میں عرق گلاب گردن تک بھر کر اس میں رسوت حل کریں جب رسوت اچھی طرح حل ہو جائے تو اسے کچھ دیر کیلئے رکھ دیں تا کہ اس کی کثافتیں بیٹھ جائیں اس کے بعد ململ کے کپڑے سے اسے چھان لیں اور علیحدہ محفوظ کر لیں، اب سونا مکھی کو باریک پیس کر کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: شہد ڈیڑھ تولہ میں سونا مکھی چار ماشہ شامل کر کے مریض کو آہستہ آہستہ چٹائیں اس کے بعد رسوت ملا عرق گلاب ایک چھٹانک سے ½ چھٹانک تک مریض کو پلائیں، بارہ دن تک ترش و گرم اور تیل کی بنی ہوئی اشیاء سے سخت پرہیز کرائیں اس کے علاوہ کسی قسم کی ورزش بھی نہ کرنے دیں۔ یہ خونی بواسیر کو فائدہ دے کر مریض کو شفایاب کرتا ہے۔

ہر قسم کی بواسیر اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص تین پاؤ۔ کالی مرچ پسی ہوئی 2½ تولے۔ زیرہ بریاں 3¼ تولے۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: اگر ثابت مرچ ملے تو اسے زیرہ بریاں کے ہمراہ ہاون دستے میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں، جب یہ میدے کی طرح ہو جائے تو اسے شہد میں ڈال کر اچھی طرح یکجان کر لیں، ہمراہ زعفران بھی شامل کریں۔ یہ ایک معجون بن جائے گا اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ زیرہ کو توے پر بریاں کیا جاتا ہے تو یہ زیرہ بریاں بن جاتا ہے۔

مقدار خوراک: یہ دوا صرف ایام مرض میں استعمال کی جاتی ہے، اس معجون میں سے چھ ماشہ کی مقدار میں دن میں تین مرتبہ سادہ پانی کے ہمراہ استعمال کریں اکثر حکماء اسے بغیر پانی کے استعمال کراتے ہیں۔ اس دوا کے چند ہفتے تک استعمال سے ہر قسم کی بواسیر کو فائدہ پہنچتا ہے۔

دوسرا بہترین نسخہ:

ھوالشافی: جڑ گل عباس چھ ماشہ۔ سونٹھ چھ ماشہ۔ کالی مرچ چھ ماشہ۔ پیپلی چھ ماشہ۔ شہد خالص ایک پاؤ۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اشیاء لے کر ہاون دستے میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں ان کے میدے جیسے باریک سفوف کو زعفران میں ملا کر کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ یہ دوا تیار ہے۔

Scanned with CamScanner

مقدار خوراک: یہ دوا صرف ایام مرض میں ہی استعمال کی جاتی ہے۔ اس سفوف کی تین ماشہ کی مقدار لے کر اسے ایک تولہ شہد کے ساتھ ملا کر مریض کو آہستہ آہستہ چٹائیں۔ یہ دوا صبح و شام صرف دو وقت دی جائے اگر مرض کی کیفیت زیادہ شدید ہو تو دوپہر کو بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ چند ہی دن میں مرض میں افاقہ ہوگا۔ یہ ہر قسم کی بواسیر کے لئے عمدہ اور تیر بہدف دوا ہے۔

مرض بواسیر بلغمی اور شہد سے علاج:

ھو الشافی: گوند کیکر چھ ماشہ۔ گوند کتیرا چھ ماشہ۔ نشاستہ چھ ماشہ۔ انسوس عمدہ چھ ماشہ۔ شکر بنغال چھ ماشہ۔ تخم خشخاس سیاہ چھ ماشہ۔ تخم بلافلا مفسر چھ ماشہ۔ بزازیج تین ماشے۔ سم الفار تین ماشہ۔ افیون خالص دس ماشہ۔ زعفران تین رتی۔ گوگل مصفیٰ ایک تولہ۔ مویز منقیٰ چار تولہ۔ شہد خالص چھ چھٹانک۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ ان سب اشیاء کو باہم ملا کر ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں اس کے بعد اس سفوف کو شہد میں ملا کر معجون بنا لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا صرف ایام مرض میں ہی استعمال کی جاسکتی ہے۔ اس کی مقدار خوراک ایک تولہ ہے جو ½ کلو گائے کے تازہ دودھ کے ہمراہ استعمال کی جاتی ہے، یہ دوا دن میں تین مرتبہ ہمراہ دودھ استعمال کریں۔

بواسیر کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ھو الشافی: کلونجی ایک چمچہ اور چینی ایک چمچ۔ ان دونوں ادویہ کا امتزاج کریں۔ نصف چمچہ روزانہ پانی کے ساتھ استعمال کریں مگر پانی زیادہ استعمال کریں۔

ھو الشافی: کلونجی ایک چمچہ اور شکر ایک چمچ۔ دونوں کو سفوف بنا کر مکس کر لیں۔ نصف چمچہ روزانہ چار بار پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ پانی زیادہ پلائیں۔

ھو الشافی: سفوف برگ مہندی 50 گرام اور خالص زیتون کا تیل 250 گرام لے کر اچھی طرح ابال لیں۔ پھر چھانے بغیر رات کو سوتے وقت روئی کے ساتھ یہ تیل اور روغن

کلونجی ملا کر لگائیں۔ اسی طرح صبح بھی لگائیں اور صبح نہار منہ چار عدد انجیر لے کر 10 قطرے روغن کلونجی میں ڈال کر مریض کھایا کرے تو بہت جلد شفاء نصیب ہوگی۔

ھو الشافی: پسے ہوئے مہندی کے پتے 50 گرام اور خالص زیتون کا تیل 250 گرام۔ اچھی طرح ملا کر 5 منٹ ابال کر چھانے بغیر رکھ لیں۔ رات کو سونے سے پہلے بواسیر پر روئی کی مدد سے یہ تیل تین قطرے کلونجی کا تیل ملا کر لگا دیں۔ اسی طرح صبح بھی لگائیں۔ صبح نہار منہ چار سے پانچ بار انجیر 10 قطرے کلونجی کے ساتھ کھالیں۔

بواسیر کے لئے خارجی اکسیر کلونجی:

ھو الشافی: کلونجی، رسوت اور ریٹھے کا چھلکا ہم وزن۔

ترکیب تیاری: تینوں ادویہ خوب باریک پیس کر پانی کی مدد سے کابلی چنے کے برابر گولیاں تیار کر لیں۔

مقدار خوراک: شدید حالت میں صبح دوپہر شام 2,2 گولیاں۔ عام حالت صبح شام 2,2 گولیاں تازہ پانی سے۔ اگر بواسیر خونی ہو اور خون کثرت سے خارج ہوتا ہو تو پھر شربت انجبار 2 تولہ کے ہمراہ کھلائیں۔

مرہم کلونجی برائے بواسیر:

ھو الشافی: کلونجی 100 گرام توے پر جلا کر کوئلہ کر لیں۔ اس میں مغز تخم ریٹھا 50 گرام کھرل کر کے ملا لیں۔ پھر ویسلین 200 گرام میں ان دونوں کو ملا کر رکھ لیں۔ مرہم تیار ہے۔

ترکیب استعمال: اجابت سے فراغت کے بعد یہ مرہم بوسیری زخم اور مسوں پر لگائی جاتی ہے۔

نوٹ: اس مرہم میں روغن زیتون شامل کر لیا جائے تو پھر بہت جلد افاقہ کی صورت نکل آتی ہے۔

علاج بواسیر:

ھو الشافی: کلونجی جب پیس لی جائے تو اس کا سفوف بہت مفید ہے۔ سفوف کو کھانے کے علاوہ عرق گلاب میں پیس کر بواسیر کے لئے کپڑے پر لیپ لگا کر مقعد پر باندھیں۔ اکسیر چیز ہے۔

Scanned with CamScanner

مرض ورم امعاء (قولون) اور شہد سے علاج:

آنت کا زخم کیسے پیدا ہوتا ہے؟

قدرت نے ہماری آنتوں کی ساخت نہایت نازک بنائی ہے، اگر آنتوں میں امراض پیدا ہو جائیں تو مشکل سے ہی اچھے ہوتے ہیں لیکن اس سلسلے میں اُٹھنے والے درد کی لہریں اس قدر شدید ہوتی ہیں کہ مریض اکثر بے ہوش ہو جاتا ہے۔ شہد آنتوں کے تمام امراض کی شافی دوا ہے۔ یہ نہ صرف قولنج کھولتا ہے بلکہ بچوں کی قبض کشائی کے لئے بھی اس کا استعمال بے حد عمدہ ہے۔ جب آنت میں کسی قسم کا زخم ہو جائے تو پیٹ میں ہر وقت درد ہوتا ہے اور پیچش دست کی کثرت رہتی ہے لیکن یہ سب اس قدر تکلیف دہ ہوتا ہے کہ اسے لفظوں میں بیان کرنا ممکن نہیں ہے۔ مریض صرف درد سے بے قراری کا اظہار ہی کر سکتا ہے اگر زخم کے ساتھ ساتھ ورم بھی پڑ جائے تو اس اذیت کا بیان حد سے باہر ہو جاتا ہے، ایسی حالت میں دوا بے حد مفید اور تسکین بخش اثرات مرتب کرتی ہے۔

ہوالشافی: تخم بارتنگ دو تولہ۔ پانی ایک لیٹر۔ شہد خالص ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: تخم بارتنگ کو ایک لیٹر پانی میں ڈال کر آگ پر چڑھا دیں خیال رہے کہ آگ کی آنچ زیادہ تیز نہ ہو، جب اس پانی کی مقدار تین پاؤ رہ جائے تو اسے چولہے سے اُتار دیں قدرے ٹھنڈا ہونے پر اسے خوب مسل کر پانی میں سے چھان لیں۔ اس پانی میں تین تولہ شہد ملا کر اچھی طرح حل کر لیں۔

طریقہ استعمال: اب اس پانی سے مریض کو حقنہ کرائیں، یعنی یہ پانی سفرے میں سے پچکاری کے ذریعے اندر داخل کرائیں یا بتی چڑھائیں۔ اس سے امعاء کے زخم صاف ہو جاتے ہیں ورم امعاء تحلیل ہو جاتے ہیں اس طریقہ کا بار بار استعمال کریں تاکہ جلد از جلد زخم بھر جائیں اس دوران نرم و لطیف غذا کا استعمال کریں۔

مرض کرم امعاء اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: پلاس پاپڑہ سات ماشہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: پلاس پاپڑہ پیس کر اس کا رس نکالیں اور شہد میں اچھی طرح ملا دیں۔

مقدار خوراک: بوقت ضرورت یہ دوا تمام مقدار میں مریض یا ان بچوں کو جن کے پیٹ میں کیڑے ہوں پلا دیں اس عمل کے بعد عمدہ مسہل پلائیں تاکہ وہ کیڑے پیٹ سے خارج ہو جائیں۔

مرض کرم آنت و شکم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: برگ نیم چھ ماشہ۔ برگ دھتورہ چھ ماشہ۔ برگ ارنڈ چھ ماشہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام پتے اگر تازہ مل جائیں تو زیادہ بہتر ہوگا اگر پتے تازہ نہ مل سکیں تو انہیں کچھ دیر پانی میں بھگو کر ان کا عرق نکال لیں، ان پتوں کا عرق چھ ماشہ لے کر شہد میں ملا دیں۔

مقدار خوراک: بالا بنائی گئی تمام دوا ایک ہی وقت میں مریض کو پلا دیں اس سے پیٹ کے کیڑے ہلاک ہو جائیں گے اور مسہل کے استعمال سے یہ کیڑے خارج ہو جائیں گے۔

نسخہ کلونجی چھوٹی آنت کے السر کے لئے:

ہوالشافی: زرورد 50 گرام، زہر مہرہ خطائی 25 گرام، اصل السوس 25 گرام، گل گلاب خشک بہاری 50 گرام، ہلدی 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک کر کے رکھ لیں۔

طریقہ استعمال: 1 تا 2 گرام کی مقدار ہر تین گھنٹے بعد عرق گلاب کے ہمراہ کھلایا جائے۔

انتڑیوں کے کیڑوں کے لئے کلونجی کا علاج:

ہوالشافی: تخم کلونجی 10 گرام اور گائے کی تازہ چربی 10 گرام۔

ترکیب تیاری: کسی برتن میں دونوں ادویہ کو ملا کر نرم آنچ پر پکائیں جب گاڑھی مانند قوام کے ہو جائیں تو اتار کر ٹھنڈا کر کے کسی چیز میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: رات کے وقت مریض کو الٹا لٹا کر اس کی مقعد پر نرمی سے قوام مذکورہ سے اس کی مالش کریں۔ انشاء اللہ تین یوم میں شفا مل جائے گی۔

Scanned with CamScanner

انتڑیوں کے زخم کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی، باسی ٹماٹر اور نمک۔

ترکیب تیاری: کلونجی ایک چمچ، ٹماٹر کا جوس ایک کپ اور نمک طعام کا معمولی اضافہ کریں۔

ترکیب استعمال: نہار منہ اس جوس کے ساتھ پلائیں۔ ایک ہفتہ۔

بڑی آنت کے ورم کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی 50 گرام، گندم کی بھوسی 100 گرام، ہلدی 50 گرام اور ورق نقرہ 50 عدد۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ باریک کرلیں۔

طریقہ استعمال: دن میں تین چار مرتبہ عرق بادیان آدھا آدھا کپ کے ہمراہ کھلایا جائے۔

پیٹ کے کیڑوں کا کلونجی سے علاج:

ھوالشافی: کلونجی ایک چمچ، تھوم تین چمچ، زیتون کا تیل ایک چمچ، کدو کا بیج 10 عدد۔

ترکیب ساخت: تھوم کو اور بیج کدو کو بھی چھیل کر کوٹ کر زیتون کے تیل میں ملائیں۔

ترکیب استعمال: صبح وشام آدھا آدھا چمچہ کھلائیں۔

ھوالشافی: روغن کلونجی 2 قطرے اور تخم کلونجی 14 عدد کو پیس کر سفوف بنالیں اور روغن کے ساتھ ساتھ 14 قطرے سرکہ خالص شامل کریں اور نصف گلاس پانی کے ہمراہ استعمال کرائیں۔

ھوالشافی: کلونجی کے 14 عدد دانے پیس لیں۔ ساتھ 6 قطرے کلونجی کے تیل اور 11 قطرہ سرکہ خالص ملا کر ایک چوتھائی پانی میں پئیں۔

کرم شکم کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی، باؤبڑنگ۔ ہم وزن لے کر پیس لیں۔

مقدار خوراک: 3,3 گرام صبح شام دہی میں ملا کر کھلا دیں۔ چند روز کے اندر پیٹ کے کیڑے مردہ حالت میں بدن سے باہر خارج ہو جائیں گے۔

کرم شکم کے لئے کلونجی کا علاج:

ھوالشافی: نیز کلونجی مدرالبول اور مدر حیض بھی ہے، یہ دودھ بڑھاتی ہے اگر مسلسل چند ایام کلونجی کا جوشاندہ یا خیساندہ بنا کر پلائیں اور سرکہ میں ملا کر پیٹ پر مالش کرنے سے حب القرع کو ختم کر دیتا ہے اور حنظل سبز کے پانی میں معجون بنا کر استعمال کرنے سے پیٹ کے کیڑوں کو خارج کر دیتی ہے۔

ھوالشافی: اگر کسی کے پیٹ میں کیڑے ہوں تو کلونجی کو تمہ کے پانی میں خوب پیس لیں اور مریض کے پیٹ اور مقعد پر طلاء کریں۔ پیٹ کے کیڑے مر کر خارج ہو جائیں گے۔

مرض اسہال جملہ قسم اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: سہاگہ بریاں ایک حصہ۔ شنگرف عمدہ دو حصہ۔ افیون خالص تین حصہ۔ شہد خالص بقدر ضرورت۔

طریقہ تیاری: ان سب اجزاء کو پیس کر سفوف بنالیں اور شہد کی مدد سے گوندھ کر ان کی بقدر جوار کے دانے کے گولیاں بنالیں۔

مقدار خوراک: ہر اسہال کے بعد ایک گولی ہمراہ شہد دو تولہ کے کھائیں، چند ہی گولیوں کے استعمال کے بعد اسہال کی شکایت رفع ہو جائے گی۔ بعض طبیب لیموں کے عرق کے ساتھ گولیاں بناتے ہیں لیکن وہ دن کے وقت آنے والے اسہال کے لئے ہی مفید ہوتی ہیں۔ یوں تو اسہال کئی قسم کے ہوتے ہیں جن میں معدی، معوی، جگری، صفراوی، بلغمی، سوداوی، خونی، پیچش وغیرہ شامل ہیں ان میں سے ہر ایک کے لئے جدا جدا طریق علاج اور علیحدہ نسخہ جات بنائے اور استعمال کرائے جاتے ہیں مگر یہ گولیاں تمام قسم کے اسہال میں مفید و مجرب ثابت ہوتی ہیں۔

استسقاء کی تشریح:

جگر کی خرابی کے باعث اکثر پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے جسے عرف عام میں استسقاء کہا جاتا ہے۔ اس سے نہ صرف مریض کا نظام شکم بگڑ جاتا ہے بلکہ ایک ناقابل بیان اذیت کا

بھی سامنا کرنا پڑتا ہے۔اس مرض میں ہاتھ پاؤں پر ورم آجاتا ہے، مریض نحیف اور لاغر ہوکر موت کو زندگی پر ترجیح دیتا ہے اس کے لئے ہزاروں قیمتی ادویات آزمائی جاتی ہیں اور کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔تمام ادویہ کی ناکامی کے بعد مریض جب مایوس ہو جاتا ہے تو اسے اس مرض کے شافی علاج یعنی عمل جراحی کی جانب راغب کیا جاتا ہے ٹروکار کے ذریعے اس کے پیٹ کا پانی نکال دیا جاتا ہے جس پر مریض یہ سمجھتا ہے کہ اسے حیات نومل گئی ہے لیکن عمل جراحی کے ختم ہونے کے بعد بھی یہ مرض دوبارہ اپنا سر اُٹھاتا ہے اور پیٹ میں پانی کی مقدار اسی طرح جمع ہونے لگتی ہے دو چار دن میں پیٹ مشک کی طرح پھول جاتا ہے اور پھر وہی تکلیف عود کر آتی ہے۔

مرض استسقاء کے لئے کلونجی کا علاج:

اس مرض میں مریض کے پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے اور اس کا اخراج بھی نہیں ہوتا۔ مریض قریباً تمام افعال سے مفلوج ہو کر رہ جاتا ہے۔اس مرض کے لئے ذیل میں دیئے گئے نسخہ سے افادیت حاصل کی جاسکتی ہے۔

ھوالشافی: سبز کریلے کا نچڑا ہوا رس 20 تولہ، شہد خالص 10 تولے، روغن کلونجی یا تیل کلونجی 40 قطرے۔

ترکیب تیاری: تمام اجزا باہم ملا کر اچھی طرح حل کرلیں اور کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: تیار شدہ دوا کے چار حصے بنالیں اور ایک حصہ مریض کو دن میں صرف ایک وقت استعمال کرائیں۔انشاءاللہ تعالیٰ چار یوم میں افاقہ ہو جائے گا۔

کلونجی سے پیچش کا شافی علاج:

ھوالشافی: دہی آدھ پاؤ، اسبغول ایک تولہ، کلونجی کا تیل 5 قطرے ملا کر دن میں چار پانچ بار کھلائیں۔بفضلہ تعالیٰ پیچش رک جائے گی۔

اس مرض کے دو اقسام ہیں۔ایک صادق اور دوسری کاذب۔بہرحال ایسے مریض کے لئے یہ کلونجی والا نسخہ نہایت مفید ہے۔

ھوالشافی: کلونجی 3 گرام چھلکا اسبغول 9 گرام، کسٹرائل 50 گرام۔یہ ایک خوراک کی

مقدار ہے اس لئے کہ بعض اوقات آنتوں میں سدے ہوتے ہیں یا حد درجہ خشکی اس کا سبب ہوتی ہے تو وہ اس دوا سے خارج ہو جاتے ہیں۔مرض تندرست ہو جاتا ہے۔

ھوالشافی: اسپغول ایک تولہ، دہی آدھ پاؤ، کلونجی کا تیل 3 قطرے ملا کر دن میں تین سے چار بار کھائیں۔

''زحیر کاذب'' پیچش سدے والی کا علاج کلونجی سے:

زحیر کاذب میں سدوں کے اخراج کے لئے روغن زیتون درج ترکیب سے استعمال کیا جائے۔

ھوالشافی: روغن کلونجی کا چائے والا چوتھائی چمچ، روغن بید انجیر دو اونس، ثابت اسبغول دو تولہ۔

تینوں کو ملا کر ایک پاؤ دودھ نیم گرم ملا کر رات کو پلا دیں۔

احتیاط: چونکہ کلونجی کا مزاج گرم وخشک ہے اور حاملہ خواتین کو کلونجی اور روغن کلونجی کا استعمال نہ کرایا جائے تو اچھا ہے۔اگر کلونجی کا کسی خاص مقصد کے لئے حاملہ کو استعمال کرانا مقصود ہو تو پھر طبیب کے مشورے سے استعمال کیا جائے اور وہ بھی قلیل ترین مقدار سے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

ہمارے پھیپھڑے اور شہد اور کلونجی

پھیپھڑوں کے افعال کی تندرستی پر صحت جسمانی کا بہت انحصار ہے، ان کی باریک رگوں میں تمام بدن کا خون آکر بادنسیم کے قوی اثرات اپنے اندر جذب کر لیتا ہے۔ جب پھیپھڑے ماؤف ہوتے ہیں تو ان کے خانوں میں تازہ آکسیجن مکمل طور پر جذب ہونے کی صلاحیت کھو بیٹھتی ہے۔ اسی لئے خون مکمل طور پر صاف نہیں ہو پاتا اور جسم انسانی کئی قسم کے امراض کا گڑھ بن جاتا ہے۔ جب پھیپھڑے کمزور ہوتے ہیں تو زیادہ گرمی اور زیادہ سردی کے باعث ان کے افعال متاثر ہوتے ہیں اور ان میں سوزش پیدا ہوتی ہے جو کہ کھانسی کا باعث بنتی ہے۔ ان میں سے ایک طرح کی رطوبت برآمد ہوتی ہے یہی رطوبت کھانسی کو بڑھاوا دیتی ہے۔ اگر پھیپھڑوں کے ہوائی خانوں میں یہ رطوبت ٹھہر جائے تو دمہ کا مرض جنم لیتا ہے اور یہی کیفیات بڑھ کر سل و دق اور نمونیا کا سبب بنتی ہیں۔

ہمارے سینے میں پسلیوں کے عین نیچے دو عدد پھیپھڑے موجود ہوتے ہیں جن پر ایک مہین اور چکنی جلھی کا غلاف لپٹا ہوتا ہے۔ یہ جھلی پھیپھڑوں سے ہو کر پسلیوں کے زیریں حصہ تک بطور استر پھیلی ہوتی ہے۔ اس استر اور پھیپھڑوں پر موجود جھلی کے درمیان چکنائی کی رطوبت کی ایک تہہ پھیلی ہوئی ہوتی ہے جس کا کام پھیپھڑوں کی حفاظت اور اس کی حرکت کو آسان بنانا ہوتا ہے۔ جب ہمارے پھیپھڑے سانس لینے کے لئے ہوا کو اندر کھینچتے ہیں تو یہ خود پھیلتے چلے جاتے ہیں اور جب ان کا پھیلاؤ شروع ہوتا ہے تو یہ چکنی رطوبت انہیں پھیلنے میں مدد دیتی ہے تاکہ پھیپھڑے اس پر پھسلتے ہوئے اپنے مقام مخصوص تک آسانی سے جا سکیں۔ یوں تو پھیپھڑوں کی شکل گاجر نما ہوتی ہے جس کی نوک بالائی جانب اور پیندا زیریں جانب موجود ایک محراب دار پردے جسے ''ڈایافرم یا حجاب حاجز'' کہا جاتا ہے، پر رکھا ہوا ہوتا ہے۔ یہی پردہ سینے اور پیٹ کو ایک دوسرے سے جدا کرتا ہے۔

ہماری سانس کی نالی جو کہ 20 یا 19 ادھورے چھلوں سے تشکیل پاتی ہے، قریب پانچ انچ لمبی ہوتی ہے اور غذا کی نالی کے بالکل سامنے ہوتی ہے۔ یہ گردن سے ہوتی ہوئے سینے

کے اندر جا کر دو شاخوں میں تقسیم ہو جاتی ہے...... ایک شاخ دائیں طرف پھیپھڑے میں اور دوسری بائیں جانب پھیپھڑے میں داخل ہوتی ہے۔ اس کے بعد پھیپھڑوں میں یہ دونوں شاخیں بار بار تقسیم ہو کر ہر شاخ کے پھیپھڑے کے ایک گچھے دار خانے میں کھلتی ہیں۔ دائیں پھیپھڑے کے تین حصے یا لوتھڑے ہوتے ہیں اسی طرح بائیں پھیپھڑے کے دو حصے یا لوتھڑے ہوتے ہیں۔ پھیپھڑے ہلکے اور اسفنج کی طرح مسام دار خانوں میں بٹے ہوتے ہیں، ان خانوں میں ہوا بھری رہتی ہے دبانے سے ان کے اندر کی ہوا خارج ہونے سے کرکراہٹ کی آواز پیدا ہوتی ہے۔ اس طرح پھیپھڑے میں بھری ہوئی ہوا چھوٹی چھوٹی تھیلیوں کا مجموعہ ہیں جو انگور کے گچھوں کی طرح ہوتی ہیں۔ ہر گچھے میں سانس کی نالی کی ایک شاخ سے ہوا آکر اسے پھیلائے رکھتی ہے، سانس آنے جانے سے یہ گچھے یا خانے پھیلتے یا سکڑتے ہیں۔

پھیپھڑے ہمارے بدن میں ایک دھونکنی کی طرح حرکت کرتے ہیں، سانس کی یہ آمد و رفت پورے سینے کے بار بار سکڑنے اور پھیلنے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ سانس اندر لینے کے بعد ایک خفیف سا وقفہ ہوتا ہے اور اس کے بعد سانس باہر نکلتا ہے۔ اس ہم ایک منٹ میں سولہ / سترہ مرتبہ سانس اندر کھینچتے اور نکالتے ہیں۔ ہمارا بدن دھونکنی کی طرح اسی طریق کار سے تمام عمر سفر طے کرتا ہے۔ سانس جب ہمارے پھیپھڑوں میں پہنچتا ہے تو اس کے گچھے دار خانے پھیل جاتے ہیں ان میں 1/5 حصہ آکسیجن کا ہوتا ہے۔ خانوں کی دیواروں کی مہین جھلی پر خون کی رگیں بال جیسی باریک ہوتی ہیں، یہ رگیں آکسیجن کو خون میں جذب کر لیتی ہیں اور خون کے اندر موجود فاسد عناصر کو خارج کر دیتی ہیں جن میں کاربونک گیس وغیرہ شامل ہوتی ہے۔ کاربن ڈائی آکسائیڈ خانوں کے سکڑنے سے جسم سے باہر نکل جاتی ہے۔

سانس کے چلنے کا مقصد ہی یہی ہوتا ہے کہ وہ زندگی کو برقرار رکھنے کے لئے خون کے فاسد مادوں اور گیسوں کو جسم انسانی سے نکال کر اسے تازہ آکسیجن فراہم کرے جو کہ بدن کی اشد ضرورت ہے۔ آکسیجن سے بدن کی بافتیں اور غذائی اجزاء کی تکسید ہوتی ہے جس سے بدن کو توانائی اور حرارت حاصل ہوتی ہے۔

پھیپھڑوں میں ورم ہونا، پھیپھڑوں کا پسلی سے لگنا، سانس کے راستوں میں رکاوٹ پیدا ہونا، سطحی جھلیوں کی خراش، کھانسی، ورم شعب، نمونیا، سل و دق اور کالی کھانسی وغیرہ یہ سب

Scanned with CamScanner

امراض پھیپھڑا ہیں۔ ایسے میں روغن کلونجی اپنی گونا گوں خوبیوں کے باعث بے حد مفید ہے۔ یہ پھیپھڑوں کے مزاج کے موافق ہوتا ہے اسی انہیں تقویت دیتا ہے۔ اسی طرح شہد اپنی گونا گوں خوبیوں کے باعث پھیپھڑوں کے تمام امراض میں بے حد مفید ہے۔ یہ چونکہ پھیپھڑوں کے مزاج کے موافق ہوتا ہے اور انہیں تقویت دیتا ہے، اسی لئے اسے پھیپھڑوں کا محافظ قرار دیا جاتا ہے۔

شہد اور کلونجی سے جڑے کچھ نسخے یہاں پیش ہیں جو کہ امراض تنفس و پھیپھڑا میں مفید و اکسیر پائے گئے ہیں۔

کھانسی کیا ہوتی ہے؟

ہندی مثل ہے کہ ''لڑائی کی جڑ ہانسی اور مرض کی جڑ کھانسی۔'' اپنے اسباب کے لحاظ سے کھانسی بہت سی قسموں میں منقسم کی جاتی ہے، چنانچہ گلے کی خراش، ورم لوزتین، ہوا کی نالیوں کی سوزش یا ان کا تشنج، پھیپھڑے کی جھلیوں کی سوزش یا ورم، سوءِ ہضمی، ضعف دماغ، نزلہ وزکام وغیرہ کھانسی پیدا کرنے کی بہت سی وجوہ قرار دی جاتی ہیں اور یہ مرض جس قدر کثیر الوقوع ہے عدم توجہ پر اسی قدر خطرناک بھی شمار کیا جاتا ہے۔

بلغمی کھانسی کیا ہوتی ہے؟

کھانسی کی ایک معروف قسم ''بلغمی کھانسی'' ہے اس میں پھیپھڑوں میں موجود بلغمی رطوبت میں تراوش پیدا ہوتی ہے۔ سردی کے موسم میں خصوصاً سن رسیدہ افراد، اس میں زیادہ مبتلا پائے جاتے ہیں۔ بلغمی کھانسی کے مرض میں مریض کو ساری رات نیند نہیں آتی ہے۔ ناک اور منہ سے بلغم کثرت سے خارج ہوتا ہے اور کبھی کم ہونے میں نہیں آتا حکماء واطباء کا کہنا ہے کہ اگر شہد کا استعمال متواتر کیا جائے تو پھیپھڑوں میں جما ہوا بلغم آسانی سے خارج ہو جاتا ہے اور آئندہ اس کی پیدائش میں بھی نمایاں کمی واقع ہوتی ہے۔

بلغمی کھانسی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: اجوائن خراسانی دو تولہ۔ زعفران ایک تولہ۔ فلفل گرد ایک تولہ۔ دارچینی ایک تولہ۔

پیلا مول ایک تولہ۔ عاقرقرحا چھ ماشہ۔ مصطگی چھ ماشہ۔ دارفلفل تین ماشہ۔ قرنفل تین ماشہ۔ شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: شہد، زعفران کے سوا تمام اجزء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور اس سفوف کو شہد میں شامل کر کے اچھی طرح پھینٹیں تا کہ تمام اجزاء یکجان ہو جائیں اس کے بعد زعفران ملا کر اسے کسی شیشی میں محفوظ ٹھنڈی جگہ پر رکھیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی تین سے چھ ماشہ تک کی مقدار صبح و شام تک ایام مرض میں استعمال کریں یہ دوا عام دنوں میں استعمال نہیں کی جاسکتی ہے۔ اس سے بلغمی کھانسی کو فائدہ ہوتا ہے اور نزلہ باردہ اور سرفہ بلغمی کے لئے بھی مفید ہے۔ یہ دماغ اور پھیپھڑوں کو تقویت بخشتی ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: کاکڑاسنگی سرخ ایک تولہ۔ اصل السوس مقشر تین ماشہ۔ مویز منقی گیارہ دانے۔ شہد خالص بقدر ضرورت۔

طریقہ تیاری: سب ادویہ کو ہاون دستہ میں باریک پیس کر انہیں شہد میں شامل کر کے اچھی پھینٹیں اور گاڑھا سا لعوق بنالیں۔

طریقہ استعمال: یہ لعوق بچوں کو 1/2 ماشہ سے دو ماشہ تک کی مقدار میں دو وقت کھلائیں اور اگر بچہ شیر خوار ہو تو چھ ماشہ تک اس کی ماں کو کھلانا مفید ہوتا ہے۔ اس سے بچوں کے سینے پر موجود بلغمی کھانسی دور ہوتی ہے اور چھوٹے بچوں کے سینے سے خرخر کی آوازیں نکلنا بند ہو جاتی ہیں۔ اس کے علاوہ یہ بخار بلغمی میں بھی فائدہ دیتا ہے۔ اگر یہ لعوق شیر خوار بچے کو لگاتار کھلایا جائے وہ دنوں میں ہی موٹا اور تندرست ہو جاتا ہے۔

بلغمی کھانسی کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 20 گرام اور فلفل دراز 50 گرام۔ باریک پیس کر رکھ لیں۔

مقدار خوراک: ہر چار گھنٹے بعد ایک ایک گرام پانی سے لیں۔

Scanned with CamScanner

کلونجی کھانسی اور بلغم کے لئے:

ھوالشافی: السی ایک تولہ کوٹ کر پاؤ بھر پانی میں جوش دیں جب پانی نصف رہ جائے تو اسے چھان کر اس میں چودہ قطرے کلونجی کا تیل اور دو تولہ شہد شامل کر کے پلائیں۔

ھوالشافی: السی ایک تولہ کو پیس کر پاؤ پانی میں جوشاندہ تیار کریں۔ نصف پانی کے باقی رہنے پر 5 قطرے روغن کلونجی اور دو تولہ شہد خالص شامل کر کے مریض کو پلاتے رہیں۔

گاڑھی بلغم کو پتلا کر کے نکالنے کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی 50 گرام، ابریشم صاف شدہ 25 گرام، تخم السی 25 گرام دو گلاس پانی میں ہلکی آنچ پر جوش دیں اور چھان لیں۔ اس جوشاندہ میں برابر وزن شہد ملا کر پھر جوش دیں اور ٹھنڈا ہونے پر بوتل میں بھر لیں۔

ترکیب استعمال: دن میں تین چار مرتبہ یہ شربت 2،2 چمچ پلایا جاتا ہے۔

بلغم، ریشہ اور بے قراری کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی ایک کلو، برگ بانسہ تین کلو کو ہلکا سا کوٹ کر بیس کلو پانی میں بھگو کر پکائیں جب پانی پندرہ کلو باقی رہ جائے تو اتار رکھیں۔ ٹھنڈا ہونے پر خوب پیس کر پھر ہلکی ہلکی آگ پر پکائیں تا کہ پانچ کلو پانی پھر کم کریں۔ پھر مل کر آگ پر رکھیں تا کہ چار پانچ کلو کم کریں۔ پھر چھان کر پانچ کلو چینی ملا کر شربت تیار کریں اور بوتیلوں میں محفوظ رکھیں۔

فوائد: بلغم، ریشہ، کھانسی، دوم کشی، نیز بے قراری کے لئے مفید ہے۔

ترکیب استعمال: شربت کلونجی گرم پانی کے کپ میں گھول کر دن میں تین بار پلائیں۔ انشاء اللہ آہستہ آہستہ بلغم کو خارج کر کے سینہ کو صاف کر دے گا۔ کچھ عرصہ کے بعد بالکل تندرست ہو جائے گا۔

بلغمی سدوں کے لئے شربت کلونجی:

مندرجہ ذیل شربت بلغمی سدے کھولتا ہے اور طبیعت میں فرحت اور تازگی پیدا کرتا ہے۔

ھوالشافی: کلونجی 20 گرام، اجوائن دیسی 20 گرام، بادیان 50 گرام، گل سرخ مصفی 50 گرام، مویز منقیٰ 50 عدد، تخم کاسنی 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو تین گنا پانی میں بھگو دیں اور بارہ گھنٹے بعد ہلکی آنچ پر پکائیں جب پانی آدھا رہ جائے تو چولہے سے نیچے اتار کر رکھ لیں۔ نیم گرم ہونے پر کپڑے سے چھان لیں۔ جتنا پانی ہو اس سے تین گنا چینی ملا کر پھر ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب قوام تیار ہو جائے تو آگ سے نیچے اتار کر رکھ لیں۔ بس شربت تیار ہے۔

مقدار خوراک: 2،2 تولے صبح و شام گاؤزبان میں ملا کر پلائیں۔

شربت کلونجی سعال خاص:

سینہ میں جمی ہوئی بلغم کو خارج کرتا ہے اور بوجھل طبیعت کو ہلکا پھلکا کرتا ہے۔

ھوالشافی: کلونجی 50 گرام، ابریشم مقرض 50 گرام، مویز منقیٰ 60 عدد، تخم السی 50 گرام، ملٹھی 30 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو موٹا موٹا کوٹ کر 5 گنا پانی میں ڈال کر درمیانی آگ پر پکائیں۔ جب پانی نصف رہ جائے تو چھان کر تین گنا چینی یا شہد ملا کر شربت کا قوام تیار کر لیں۔

مقدار خوراک: ہر تین گھنٹے بعد 2،2 چمچ پلائیں۔

سینے سے جمی بلغم کو نکالنے کا نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی 25 گرام، سہاگہ بریاں 10 گرام، ملٹھی 25 گرام باریک پیس کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: 2،2 گرام شہد ملے پانی کے ہمراہ کھایا جائے۔

ھوالشافی: کلونجی 20 گرام، ملٹھی 20 گرام، تنکار بریاں 10 گرام، زنجبیل 10 گرام۔

ترکیب تیاری: چاروں ادویہ کو خوب باریک کر کے چھان کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: ایک ایک گرام ہر 4 گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے۔

Scanned with CamScanner

خشک کھانسی کا بیان:

یہ نہایت تکلیف دہ کھانسی ہوتی ہے کیونکہ اس کھانسی کا سبب بلغم نہیں ہوتا ہے۔ صرف کھانسی کے مسلسل دورے اُٹھتے ہیں اور مریض کھانس کھانس کر بے حال ہو جاتا ہے۔ خشک کھانسی کی وجہ یہ بیان کی جاتی ہے کہ پھیپھڑوں کی اندرونی جھلی میں ایک قسم کی خشونت ہوتی ہے جس سے بار بار کھانسی کا دورہ اُٹھتا ہے اور اس ارتعاش میں اضافہ ہو جائے تو مریض کھانستے ہوئے بے دم سا ہو جاتا ہے۔ کھانسی کے توقف سے اسے تھوڑا سا سکون تو پہنچتا ہے مگر یہ عارضی ثابت ہوتا ہے اور کچھ ہی لمحوں بعد کھانسی کا دورہ پھر شروع ہو جاتا ہے۔ ایسے میں شہد استعمال کر کے فائدہ اُٹھایا جا سکتا ہے۔ یہ کھانسی کے باعث گلے میں پیدا ہونے والی خراش کو بھی دور کرتا ہے اور خشونت سے بھی نجات بخشتا ہے۔ اگر اس مرض کا فوری طور پر کوئی سدباب نہ کیا جائے تو یہ نہایت مہلک شکل اختیار کر لیتا ہے جو کہ پھیپھڑوں میں ورم اور زخم کا باعث بنتا ہے۔ خشک کھانسی کے دوران غذا کے ہاضمے کا نظام بری طرح متاثر ہوتا ہے، معدے کے افعال خرابی کا شکار ہو جاتے ہیں، جگر میں گرمی پیدا ہو کر قبض کی شکایت پیدا کرتی ہے۔ کبھی کبھار خفیف سے بخار سے واسطہ پڑتا ہے۔ کھانا کھانے کے فوراً بعد کھانسی کا نہ رکنے والا دورہ شروع ہوتا ہے اور قے پر ہی اس میں توقف ہوتا ہے۔ اس دوران پیاس اس قدر بڑھ جاتی ہے کہ پانی پی پی کر پیٹ پھول جاتا ہے مگر پیاس کو تسکین نہیں مل پاتی۔ پیشاب میں زردی جھلکنے لگتی ہے۔ کھانسی کے دورہ کے وقت چہرہ سرخ ہو جاتا ہے اور آنکھیں تکلیف سے باہر نکلتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ جسم پر تشنجی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔

خشک کھانسی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: تخم خشخاس سفید تین تولہ۔ نشاستہ چار تولہ۔ کتیرا چار تولہ۔ صمغ عربی چار تولہ۔ مغز تخم کدو شیریں ایک ماشہ۔ مغز بیدانہ ایک ماشہ۔ شہد خالص بقدر ضرورت۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام ادویہ ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور اس سفوف کو شہد میں اچھی طرح ملا کر لعوق تیار کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ خشک کھانسی کے لئے نہایت مفید دوا ہے مریض کو چھ ماشہ سے ایک تولہ تک وقفے وقفے سے چٹاتے رہیں تا کہ اس سے پھیپھڑوں کو سکون ملے اور خراش دور ہو۔ جونہی کھانسی کا دورہ اُٹھے یہی دوا دیں، دوران استعمال ترش و گرم اشیاء سے پرہیز رکھیں۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: صمغ عربی ڈیڑھ تولہ۔ کتیرا ڈیڑھ تولہ۔ نشاستہ ڈیڑھ تولہ۔ رب السوس ڈیڑھ تولہ۔ مغز بادام شیریں مقشر دس ماشہ۔ مغز تخم کدو شیریں دس ماشہ۔ شہد خالص۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو باریک پیس کر شہد روغن بادام میں اچھی طرح چرب کر کے چھ تولہ شہد خالص ملا کر گاڑھا سا لعوق تیار کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ خشک کھانسی خشونت حلق کے لئے مفید دوا ہے اس کی چھ ماشہ سے ایک تولہ تک کی مقدار مریض کو دن میں دس سے بارہ مرتبہ چٹائیں۔

خشک کھانسی کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 10 گرام پیس کر 100 گرام مکھن میں ملا لیں اور حسب ضرورت شکر ملا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: کھانسی اگر شدت سے آ رہی ہو تو ہر دو گھنٹے بعد تھوڑا تھوڑا چاٹ لیں۔ ورنہ تین گھنٹے بعد آدھ آدھ چمچی چائے والی لی جائے۔

پرہیز: خشک اشیاء، زیادہ نمکین اور گرم چیزوں سے پرہیز کریں۔

موسمی کھانسی کیا ہوتی ہے؟

یہ کھانسی عموماً نزلہ کی شکایت کے باعث لاحق ہوتی ہے۔ زیادہ تر موسم سرما میں اور بعض اوقات گرمیوں میں بھی جب مریض دفعتہً سردی سے گرمی میں یا گرمی سے سردی میں داخل ہوتا ہے۔ تو متضاد حرارت یا سردی میں سانس لینے کے باعث ناک کی اندرونی جھلی فوری طور بالکل ماؤف ہو جاتی ہے اور اس میں معمولی قسم کی سوزش پیدا ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں عموماً ناک کھجانا رطوبت کے رسنے کا سبب بنتی ہے۔ اسے ''موسمی نزلہ'' کہا جاتا ہے۔ آب و ہوا کی تبدیلی

Scanned with CamScanner

کا اثر صرف یہیں موقوف نہیں ہوتا بلکہ رفتہ رفتہ اس کا اثر پھیپھڑوں کی جانب بڑھتا ہے اور پھیپھڑوں میں بھی ایسی ہی خراش پیدا ہوتی ہے جو کہ ورم کی صورت میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ اس طرح موسمی کھانسی کا عارضہ وجود میں آتا ہے۔

موسمی کھانسی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: عرق برگ ایک تولہ۔شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو باہم اچھی طرح ملالیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کے تین حصے کر کے دن میں تین مرتبہ استعمال کریں اس سے نزلی کھانسی کو فائدہ ہوتا ہے اور اس دوا کے دو ایک ماہ تک استعمال کرنے سے یہ مکمل طور پر ختم ہو جاتی ہے۔

کالی کھانسی کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 300 گرام، برگ گاؤزبان 300 گرام۔

ترکیب تیاری: دونوں ادویہ کو توے یا کڑاہی میں رکھ کر جلالیں اور کوئلہ کی شکل (سیاہ نہ کہ سفید) میں آجائے تو پیس کر محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال: 4,4 رتی صبح شام تخم باقلاء کے جوشاندہ سے کھلائیں۔

نزلی کھانسی کی تشریح:

یہ کھانسی عموماً نزلہ کے باعث لاحق ہوتی ہے۔ زیادہ تر موسم سرما میں اور بعض اوقات گرمیوں میں بھی جب مریض دفعتہً سردی سے سخت گرمی میں یا سخت گرمی میں سے اچانک ائیر کنڈیشن میں داخل ہوتا ہے۔ ایسے میں ناک کی اندرونی جھلی بالکل ماؤف ہوجاتی ہے اور اس میں سوزش پیدا ہوجاتی ہے جو کہ رطوبت رسنے کا سبب بنتی ہے۔ اسے نزلہ وزکام کہا جاتا ہے لیکن رفتہ رفتہ اس کا اثر پھیپھڑوں کی جانب مائل ہوتا ہے اور پھیپھڑوں میں بھی خراش پیدا ہوکر ورم آجاتا ہے اور کھانسی پیدا ہوتی ہے۔ یہ کھانسی دوسری قسم کی کھانسی سے زیادہ تکلیف دہ ہوتی ہے کیونکہ یہ ایک طویل عرصہ تک برقرار رہتی ہے۔ اس کا عمدہ علاج روغن کلونجی کے ذریعے ممکن ہے۔

رلی کھانسی کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، رب السوس 25 گرام، گوند کیکر 25 گرام، شکر تیغال 25 گرام، تخم کتاں 25 گرام۔ تمام اشیاء کوٹ کر چھان کر پانی کی مدد سے کابلی چنیکے برابر گولیاں تیار کر لیں۔

مقدار خوراک: ہر تین گھنٹے بعد 2,2 گولیاں منہ میں رکھ کر چوسیں۔

ضیق النفس کیا ہوتا ہے؟

یہ ایک عسر البرء مرض ہے۔ اسے عام زبان میں ''دمہ'' کے نام سے جانا جاتا ہے۔ جس وقت اس کا دورہ پڑتا ہے تو مریض کو سانس لینے میں بے حد مشکل پیش آتی ہے کیونکہ سانس کی آمدورفت میں تعطل سا پیدا ہو جاتا ہے اور تکلیف کی شدت سے مریض مثل ''مرغ بسمل'' کی طرح پھڑکتا ہے۔ یہ مرض پھیپھڑوں کے نالیوں میں منجمد شدہ رطوبت کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ اس مرض کے لئے کوئی شافی دوا تو دریافت نہیں ہوسکی ہے مگر شہد کا مستقل استعمال اس کے دورے کو کم ضرور کردیتا ہے۔ شہد کا متواتر استعمال پھیپھڑوں کی نالیوں کی صفائی کرتا ہے اور ان میں جمی ہوئی بلغم کو رقیق کر کے خارج کر دیتا ہے اور جوف سینہ کو اس مہلک مادے سے پاک رکھتا ہے۔ شہد کے استعمال سے پھیپھڑوں کی اندرونی نالیوں تیں مضبوطی پیدا ہوتی ہے اور ان کی سطح مستحکم ہو جاتی ہے۔ جدید میڈیکل سائنس کے مطابق دمہ درحقیقت ہوا کی نالیوں کا تشنج ہے جو کہ مختلف اسباب نزلہ وزکام، ضعف قلب، اجتماع بلغم اور پھیپھڑون کی خشکی کے باعث پیدا ہوتا ہے۔ حکماء اور اطباء شہد کو دیگر ادویہ کے ساتھ ملا کر مرکب تیار کرتے ہیں جس کے باعث مرض کے خاتمے کے لئے اس کی طاقت بڑھ جاتی ہے۔

مرض دمہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: اصل السوس ایک تولہ۔ پرسیاؤشاں تین تولہ۔ گاؤزبان تین تولہ۔ عرق گاؤزبان چھ تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو عرق گاؤزبان میں ڈال کر دھیمی آنچ پر جوش دیں

Scanned with CamScanner

اور پھر اتار کر ٹھنڈا کر کے شہد میں اچھی طرح ملا لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا دن میں دو مرتبہ ½ تولہ کی مقدار میں استعمال کریں۔ اس دوران ترش اور گرم اشیاء سے پرہیز کریں اور ٹھنڈا پانی (فریج کا) بالکل نہ پئیں۔ دودھ، دہی اور چاول نہ استعمال کریں۔

دوسرا نسخہ:

ھوالشافی: قرص مالتی بسنت ایک عدد۔ قرص مرجان دو عدد۔ جوارش عود شیریں سات تولہ۔ کشتہ ابرک ایک قرص۔ شہد خالص چھ تولہ۔

طریقہ تیاری: قرص مالتی بسنت، قرص مرنجان، اور جوراش عود شیریں کو باہم ملا کر ایک شیشی میں ڈال لیں، اس کے بعد شہد اور کشتہ ابرک کو باہم اچھی طرح ملا کر علیحدہ رکھیں۔ یہ دونوں مرکب اسی وقت بنائیں جب استعمال کرنا مقصود ہو۔

طریقہ استعمال: دوا نمبر ا ایک صبح کے وقت بمقدار ½ تولہ استعمال کریں جبکہ دوا نمبر ۲ رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ اس دوران ہلکی پھلکی غذا کھائیں، اور مذکورہ بالا اشیاء سے پرہیز رکھیں۔ یہ مریض کے خرابی معدہ وضعف اور تنفس کی نالیوں میں استرخائی حالت پیدا ہو جانے کا بہترین علاج ہے۔

تیسرا نسخہ:

ھوالشافی: میٹھا تیلیا مدبر سات ماشہ۔ مرچ سیاہ آٹھ ماشہ۔ سیماب چھ ماشہ۔ گندھک چھ ماشہ۔ مغسول چھ ماشہ۔ سونٹھ بے ریشہ تین ماشہ۔ سہاگہ بریاں تین ماشہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام ادویہ کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں اور اس سفوف کو کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ بوقت استعمال ایک ماشہ کی مقدار میں لے کر دو تالہ شہد میں اچھی طرح حل کر کے کھائیں۔ یہ دوا دن میں دو مرتبہ استعمال کی جاتی ہے۔ مرض کی شدت پر تین مرتبہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

چوتھا نسخہ:

ھوالشافی: پارہ گندھک 31/5 ماشہ۔ میٹھا تیلیا 31/5 ماشہ۔ سہاگہ بریاں 31/5 ماشہ۔ مرچ سیاہ سات ماشہ۔ فلفل دراز سات ماشہ۔ سونٹھ سات ماشہ۔ مرچ سیاہ مزید 27 ماشہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں جب تمام ادویہ اچھی طرح پس جائیں تو اس میں مرچ سیاہ مزید لے کر ایک ایک دانہ کر کے شامل کریں اور کھرل کا عمل جاری رکھیں، جب ایک دانہ مرچ اچھی طرح پس جائے تو ہی دوسرا دانہ ہاون میں ڈالیں۔ اسی طرح تین دن تین رات بلاتوقف کا کھرل جاری رکھیں اس کے بعد تمام سفوف کو نکال کر شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی مقدار ایک رتی کی ہے اس زیادہ کھانا نقصان دہ ہوسکتا ہے یہ دوا ہمراہ دو تولہ شہد اور روغن گاؤ کے استعمال کریں اسے دن میں دو مرتبہ استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ خاصی تیز اور سریع الاثر دوا ہے۔

پانچواں نسخہ:

ھوالشافی: عنصل (پیاز جنگلی کلاں) ایک پاؤ۔ انیسوں دو تولہ۔ مویز منقیٰ چار دانہ۔ انجیر ولایتی سات تولہ۔ شہد ½ کلو۔

طریقہ تیاری: پیاز کا چھلکا اتار کر اس کی باریک باریک قاشیں کاٹ لیں اور دیگر ادویہ کے ہمراہ رات بھر پانی میں تر رکھیں اور صبح اُٹھ کر اسے کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر جوش دیں۔ جب تمام ادویہ گل جائیں تو انہیں ململ کے کپڑے میں ڈال کر ہاتھوں سے اچھی طرح مسل کر نچوڑ لیں اور یہ پانی شہد ½ کلو میں شامل کر کے اچھی طرح حل کر کے ایک بار پھر آگ پر چڑھا دیں اور خوب پکائیں۔ خیال رہے کہ آنچ دھیمی رکھی جائے۔ جب تمام پانی جل جائے اور شہد باقی رہ جائے تو اسے اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور شیشے کے جار میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دمہ کے لئے نہایت مجرب دوا ہے اس سے پھیپھڑوں میں جما ہوا بلغم

Scanned with CamScanner

رقیق ہو کر خارج ہو جاتا ہے اور مرض میں بے حد سکون حاصل ہوتا ہے۔ اس دوا کی مقدار ایک تولہ روزانہ وقفے وقفے سے مریض کو چٹائیں۔ اس دوا کے استعمال کے آغاز میں قے آئے گی فکرمند ہونے کی ضرورت نہیں کیونکہ چند ہی دنوں میں یہ حالت خود بخود ٹھیک ہو جاتی ہے۔

چھٹا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ آش جو دو تولہ۔ گدھی کا دودھ 1/2 پاؤ۔

تیاری و استعمال: گدھی کا دودھ نیم گرم کر کے دونوں اجزاء باہم ملا کر استعمال کریں اس سے مرض کی تیزی میں کمی پیدا ہوتی ہے اور سینے پر موجود بار دور ہوتا ہے۔

ساتواں نسخہ:

ہوالشافی: سپستاں ایک تولہ۔ عناب پانچ عدد۔ کھجور فربہ و تازہ تین عدد۔ انجیر زرد چار عدد۔ منقیٰ خشک دو عدد۔ گل زوفائے دو تولہ۔ پرسیاؤشاں ایک تولہ۔ مویز منقیٰ ایک تولہ۔ شکر سرخ ایک کلو۔ شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: شکر اور شہد کے علاوہ تمام اجزاء لے کر دو لیٹر پانی میں ڈال کر رات بھر بھگوئیں رکھیں اور صبح اُٹھ کر انہیں صاف کر کے پانی میں رہنے دیں اور دھیمی آنچ پر جوش دیں، اس کے بعد انہیں ہاتھ سے اچھی طرح مسل کر نچوڑ دیں اور پانی ململ کے کپڑے سے چھان کر ایک علیحدہ برتن میں ڈال دیں اب اس میں شکر و شہد ڈال کر ایک بار پھر دھیمی آگ پر چڑھا دیں جب پانی مکمل طور پر خشک ہو جائے اور شہد باقی رہ جائے تو اتار لیں۔ یہ گاڑھا سا قوام بن جائے گا۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی مقدار ایک تولہ ہے۔ دن بھر میں یہ مقدار تھوڑی تھوڑی کر کے مریض کو چٹائی جائے۔ اس سے دمہ کے مرض رفع ہوتا ہے اور سینے پر ہونے والی اتھل پتھل میں خاتمہ واقع ہوتا ہے۔

آٹھواں نسخہ:

ہوالشافی: سیرات ایک تولہ۔ فلفل دراز ایک تولہ۔ شہد دس تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء باہم ملا کر اچھی ہاون دستہ میں باریک پیس لیں اس کے بعد اس سفوف کو شہد میں ملا کر یکجان کر دیں۔

طریقہ استعمال: یہ سینے پر جمی ہوئی بلغم کو اکھاڑتا ہے اور بلغمی دمہ میں تقویت پہنچاتا ہے۔ اس کی مقدارِ خوراک سات ماشہ استعمال کی جاتی ہے۔

نواں نسخہ:

ہوالشافی: تخم اڈنگن دو تولہ۔ انیسوں ایک تولہ۔ دارچینی چھ ماشہ۔ فلفل دراز تین ماشہ۔ شہد خالص دس تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور سفوف کو شہد میں اچھی طرح حل کر دیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا سینے پر جمے ہوئے بلغم کو دور کرتی ہے اور سعادت مندی نفس میں مستعمل ہے۔ اس کی مقدارِ خوراک ایک تولہ دن میں تین مرتبہ استعمال کرنا سودمند ہوتا ہے۔

مرض بلغمی کھانسی و دمہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: سہاگہ بریاں دو تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: سہاگہ بریاں کو باریک مثل غبار کر کے شہد میں اچھی طرح ملا کر معجون بنا لیں اور صاف شیشی میں محفوظ رکھیں۔

طریقہ استعمال: ایک تولہ کی مقدار میں یہ دوا دن میں دو مرتبہ صبح و شام استعمال کریں، اس سے سانس کی دشواری میں افاقہ ہوتا ہے۔ اور بلغمی کھانسی کو بھی آرام آ جاتا ہے۔ یہ دمہ کے لئے وقتی سکون کی دوا قرار دی جاتی ہے۔

Scanned with CamScanner

مرض خشک دمہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: سرخ مولی 1/2 کلو-شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: سرخ مولی کو صاف کر کے اسے باریک قاشوں میں کاٹ لیں اور کسی برتن میں شہد ڈال کر ہمراہ شامل کریں اور دھیمی آنچ پر اسے پکنے دیں مولی کا گودہ شہد میں اچھی طرح گل کر حل ہو جائے تو اسے اتار کر ٹھنڈا کر لیں بعد ازاں اسے اچھی طرح کف مال کریں اس کے بعد ململ کے باریک کپڑے سے چھان کر شہد علیحدہ کر لیں اور شیشے کے جار میں محفوظ کریں۔

طریقہ استعمال: یہ دمہ کے لئے اکسیر الاثرات دوا ہے سانس کی رکاوٹ کو دفع کرتی ہے اور پھیپھڑوں میں جمے ہوئے بلغم کو رقیق کر کے باہر نکالتی ہے۔ اس مقدار خوراک ایک تولہ ہے دن میں دو مرتبہ اس دوا کا استعمال کرنا چاہیے۔

مرض بلغمی دمہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: عرق بادیاں بارہ تولہ-تخم خربوزہ ایک تولہ-شہد دس تولہ۔

طریقہ تیاری: تخم خربوزہ باریک پیس کر عرق بادیاں میں ملائیں اور اسے شہد میں شامل کر کے دھیمی آنچ پر پکائیں اور تمام پانی جلا کر شہد اتار لیں۔

طریقہ استعمال: یہ جسم سے غلیظ اور فاسد مادوں کے اخراج کے لئے نہایت مفید ہے یہ دمہ کا سبب پھیپھڑوں کی بلغم کو اکھاڑتا ہے اور خارج کرتا ہے۔ اس مقدار خوراک ایک تولہ دن میں دو مرتبہ کھائی جائے۔

مرض تر و بلغمی دمہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: حفتہ تخم میتھی پانچ کلو-عرق بادیاں ایک کلو-شہد 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: تخم میتھی کو عرق بادیاں میں ملا کر دھیمی آگ پر چڑھا دیں اور رات بھر نرم آنچ پر پکنے دیں۔ صبح اُٹھ کر دیکھیں کہ کل مقدار کا نصف عرق رہ گیا ہے تو اس عرق کو نتھار کر ایک برتن میں ڈال دیں اور میتھی کے بیجوں کو خشک ہونے دیں جب خشک ہو جائیں تو

انہیں چھیل کر اس کا مغز نکال لیں اور اس مغز کو ہاون میں ڈال کر اچھی باریک کر لیں اور شہد میں اچھی طرح ملا دیں۔ پانی (عرق بادیاں) کو ٹھنڈا کر کے کسی بوتل میں ڈال دیں۔ تمام دوا اچھی طرح محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ نسخہ سینے پر جمی ہوئی بلغم کو اکھاڑتا ہے. اور خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اس کے لگاتار استعمال سے سرخ خوتر اور بلغمی دمہ جاتا رہتا ہے۔ مریض کو دن میں دو مرتبہ اس دوا کی مقدار ایک تولہ کھلائیں۔ رات کو سونے سے پہلے بوتل والا عرق دو تولہ پی لیں۔

دمہ کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ھوالشافی: روغن کلونجی تھوڑا سا لے کر نمک اور دیسی گھی ملا کر مریض کی چھاتی پر اور گلے کی مالش کریں۔ دو تولہ شہد میں چند قطرے روغن کلونجی ملا کر چٹائیں۔ فائدہ اٹھائیں اور دعا کریں۔

ھوالشافی: ایک چمچہ شہد خالص میں چودہ قطرے کلونجی کا تیل شامل کر کے پلائیں اور ایک چھوٹا چمچہ کلونجی کا تیل دو گلاس گرم پانی میں ڈال کر بھاپ لیں، سکون ہوگا۔

ھوالشافی: جب دمہ کا دورہ پڑے تو 3 چٹکی نمک دو تولہ نیم گرم گائے کا خالص گھی میں ملا کر چھاتی اور گلے کی مالش کریں۔ ساتھ 12 قطرے کلونجی کا تیل دو تولہ شہد خالص کے ساتھ ملا کر پلا دیں۔

ھوالشافی: 1۔ نمک 2۔ کلونجی کا تیل 3۔ خالص دیسی گھی نیم گرم پانی میں ملا کر چھاتی اور گلے کی مالش کریں۔ 4۔ چودہ قطرے کلونجی کا تیل لے کر دو تولہ شہد خالص میں ملا کر پلا دیں۔ فوراً اثرات ملاحظہ کریں۔

بلغمی دمہ کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

دمہ کی کئی اقسام ہوتی ہیں۔ دمہ بلغمی ہوتا ہے اور قلبی بھی اور بھی اقسام ہیں۔ یہاں بلغمی دمہ کا علاج تحریر کیا جاتا ہے۔

ھوالشافی: کلونجی 5 گرام، تخم السی 5 گرام، ابریشم مقرض 4 گرام، مویز منقیٰ 9 دانے۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ آدھا پاؤ پانی میں بھگو دیں۔ 3,2 گھنٹے بعد ہلکی آنچ پر پکائیں

Scanned with CamScanner

جب پانی آدھا رہ جائے تو اتار کر چھان کر شہد دو چمچہ ملا کر نیم گرم مریض کو پلا دیں۔
اسی طرح میں 3,2 بار پلائیں۔

ھوالشافی: کلونجی کا سفوف، روزانہ سفوف کلونجی، ربو کے دردہ وقت ایک چھوٹا چمچہ چائے والا استعمال کریں۔

ھوالشافی: کلونجی کا تیل، صعتر، پانی گرم، سفوف کلونجی۔

ترکیب ساخت: گرم پانی پر چند قطرے کلونجی کا تیل ڈالیں۔ پھر کلونجی کا سفوف اور صعتر کو جوش دیں۔

ترکیب استعمال: اور کلونجی کو جوش دینے سے جو بخارات اٹھیں گے ان کو ناک میں لیں۔ پھر بخارات کم ہونے لگیں تو تھوڑا تیل کلونجی اور ڈال لیں۔

ھوالشافی: سفوف کلونجی اور صعتر صبح و شام شربت بنا کر استعمال کریں۔

ھوالشافی: کلونجی کا تیل، کلونجی، صعتر۔

ترکیب ساخت: مذکورہ بالا نسخہ کی طرح تیار کریں۔

ترکیب استعمال: استعمال کا طریقہ بھی سابقہ ہے صرف تیل کلونجی سے سینے اور حجرہ پر سونے سے قبل مالش کریں۔

ھوالشافی: کلونجی 2 گرام کی مقدار میں اچھی طرح پیس لیں۔ صبح شام ایک کپ گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

ھوالشافی: السی ایک تولہ کوٹ کر پاؤ بھر پانی میں جوش دیں۔ جب پانی آدھا رہ جائے تو چھان کر 14 قطرے کلونجی کا تیل اور دو تولہ شہد ملا کر پلا دیں یا السی کی جگہ ہانسہ کے 7 عدد پتے بھی لے کر کیا جا سکتا ہے۔

ھوالشافی: کلونجی کو پیس لیں اور شہد کے شربت کے ساتھ دیں۔ انشاء اللہ ضیق النفس کے لئے مجرب چیز ہے۔

سانس کی تنگی کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: ایک چمچہ کلونجی کے دانوں کو پیس کر ململ کے کپڑے کی پوٹلی بنا کر توے پر ہلکا گرم کر

کے سونگھیں۔ 14 قطرے کلونجی کا تیل، ایک چمچہ شہد کے ساتھ پی لیں۔ رات کے وقت ایک چھوٹا چمچہ کلونجی کا تیل دو گلاس کھولتے پانی میں ڈال کر بھاپ لیں۔

سل کیا ہوتا ہے؟

یہ ایک خطرناک بیماری ہے اسے پھیپھڑوں کا اولین دشمن قرار دیا گیا ہے کیونکہ اس مرض کے باعث پھیپھڑوں کی تندرستی خطرے کا شکار ہو جاتی ہے۔ یہ بالکل اسی طرح ہے جیسے کسی عمدہ مکان کی چھت میں سوراخ ہو جائیں۔ حکماء و اطباء کا کہنا ہے کہ اس مرض میں پھیپھڑوں کی نالیوں میں ایک رڈی مادہ پیدا ہوتا ہے جو کہ کچھ ہی دنوں میں اسی جگہ جم کر گانٹھ کی شکل کا ایک ابھار بنا دیتا ہے۔ اسی طرح نالیوں میں کئی کئی گانٹھیں یا پھنسیاں پیدا ہوتی ہیں۔ جب ان کا درمیانی فاصلہ کم ہو جاتا ہے تو یہ باہم مل کر ایک بڑا ابھار یا گومڑا بنا دیتی ہیں جو بعض اوقات اخروٹ کے برابر ہو جاتا ہے۔ اس مرض کی شکایت میں بخار اور کھانسی کی شکایت لازمی ہو جاتی ہے پھر جب یہ پھوڑا پھٹتا ہے اور اس میں سے غلیظ رطوبت بہتی رہتی ہے۔ پھیپھڑے کا وہ حصہ جہاں یہ گانٹھ بنتی ہے اور پھٹ جاتی ہے، چند دنوں میں ہی گل جاتا ہے اور اس جگہ کنویں جیسا گڑھا ہو جاتا ہے۔ سل کا زخم ہمیشہ روبہ ترقی کی منازل طے کرتا جاتا ہے اور کبھی اچھا نہیں ہوتا۔ اس کا علاج ابتدا میں مشکل اور انتہا میں ناممکن خیال کیا جاتا ہے۔ شہد اپنے شفا بخش اثرات کے باعث سل کے مرض میں مفید و اکسیر سمجھا جاتا ہے۔ اگر اسے ابتدائے مرض میں ہی استعمال کر لیا جائے تو تو وہ پھوڑا یا ابھار تحلیل ہو جاتا ہے اور پیپ خشک ہو جاتی ہے۔ اگر اس کا استعمال پھوڑا پھٹنے کے بعد کیا جائے تو یہ زخم کی پیپ کو صاف کر کے اسے بھرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس سے مادہ موجبہ نیست و نابود ہو جاتا ہے۔ اس کے متواتر استعمال سے رفتہ رفتہ زخم اچھا ہو جاتا ہے اس کے علاوہ اس مرض کے دیگر عوارض کھانسی اور بخار میں بھی فائدہ ہوتا ہے۔

یہ اکثر موروثی وجوہات سے بھی لاحق ہوتا ہے۔ حکماء نے اس کے لاحق ہونے کے اسباب نزلہ حار، عمدہ غذاء کی عدم دستیابی، کھلی جگہ پر اقامت نہ رکھنا، سینہ کے امراض میں طوالت اور مریض سل کے زیادہ قریب رہنا، بیان کئے ہیں۔

مریض کے لئے خاص ہدایت:

سل و دق کے مریضوں کے علاج و معالجہ کے سلسلہ میں اعراض کا لحاظ رکھتے ہوئے تقویت کی انتہائی کوشش کرنا ایک نہایت ضروری امر ہے۔ مریض کو کھلی اور صاف ہوا میں رکھنا، کمزوری پیدا کرنے والے اسباب سے بچانا، ہلکی اور زود ہضم غذا استعمال کرانا، مقوی غذاؤں کا باقاعدہ اہتمام کرنا، زیادہ بخار ہونے کی صورت میں مچھلی کے تیل اور انڈوں سے تقویت کی غرض سے استعمال کرانا، حالت سنبھلنے پر بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔

مرض سل اور شہد سے علاج:

ہو الشافی: عناب ولائتی بیس عدد۔ مویز منقیٰ بیس عدد۔ انجیر زرد پندرہ عدد۔ اصل السوس مقشر دو تولہ۔ گل سرخ دو تولہ۔ گلقند دو تولہ۔ شکر تیغال دو تولہ۔ رب السوس دو تولہ۔ گل بنفشہ دو تولہ۔ پرسیاؤشاں دو تولہ۔ کوکنار دو تولہ۔ گل زوفا ایک تولہ۔ صمغ عربی پانچ تولہ۔ کتیرا پانچ تولہ۔ تخم خشخاس پانچ تولہ۔ تخم خطمی دو ماشہ۔ تخم خبازی ڈھائی ماشہ۔ بہی دانہ پندرہ ماشہ۔ شہد خالص دو کلو۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام ادویہ کو دو لیٹر پانی میں ڈال کر جوش دیں جب یہ نصف رہ جائے تو اسے صاف کر کے اور کپڑ چھان کر کے شہد میں ڈالیں اور دوبارہ پکائیں۔ اوپر آنے والی جھاگ ساتھ ساتھ اتارتے رہیں۔ قوام بن جانے پر اسے اتار لیں اور ٹھنڈا کر کے برتن میں محفوظ کریں۔

طریقہ استعمال: ایک ایک تولہ صبح و شام مریض کو چٹائیں۔ یہ کھانسی میں مفید ہے اور مادہ کو تحلیل کرتا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہو الشافی: شاخ گوزن سوختہ ایک تولہ۔ مرجان سوختہ ایک تولہ۔ گؤدنتی سوختہ ایک تولہ۔ سرطان سوختہ ایک تولہ۔ صمغ عربی دو تولہ۔ کتیرا دو تولہ۔ رب السوس دو تولہ۔ رب بانسہ خود ساختہ دو تولہ۔ شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام ادویہ ہاون دستہ میں ڈال کر کھرل کریں۔ نصف دن کے کھرل کے بعد یہ سفوف نکال کر شیشی میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: استعمال کے وقت یہ دوا بقدر تین ماشہ لے کر دو تولہ شہد میں ملا کر دن میں تین مرتبہ مریض کو چٹائیں۔ یہ سل کے لئے نہایت مجرب دوا ہے جو کہ مواد کو تحلیل کرتی ہے، زخم کو اچھا کرتی ہے، کھانسی کو اس سے آرام ملتا ہے اور بخار رفع ہو جاتا ہے۔

تیسرا نسخہ:

ہو الشافی: طباشیر سولہ تولہ۔ دار چینی نو ماشہ۔ الائچی خورد نو ماشہ۔ تیز پات نو ماشہ۔ شہد خالص تیس تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ سب اجزاء کو باریک پیس کر شہد میں ملا دیں۔

طریقہ استعمال: صبح کے وقت دودھ کے ساتھ تین ماشہ کی مقدار میں دوا استعمال کریں۔ مرض کی شدت میں یہ مقدار بڑھا کر ایک تولہ بھی کی جا سکتی ہے۔ یہ سل و دق دونوں میں نہایت مفید و اکسیر دوا ہے۔

سل و دق، کھانسی اور دمہ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہو الشافی: سینے اور کمر پر عام کلونجی آئل ملیں۔ تین چمچ کلونجی آئل، دوپہر اور رات شہد کے ساتھ پئیں اور کلونجی کے تیل کو پانی میں ملا کر بھاپ لیں۔

ذات الجنب کیا ہوتا ہے؟

یہ مرض سل و دق کی طرح پھیپھڑوں کی خاص بیماری ہے جس میں پسلیوں میں شدید قسم کا درد پیدا ہو جاتا ہے۔ یہ عموماً گرم سرد ہوا لگنے سے لاحق ہوتا ہے۔ پسلیوں کے اندرونی استر کرنے والی جھلی میں ورم پیدا ہو جاتا ہے اور چلنے والی درد پیدا ہوتی ہے۔ اطباء و حکماء اسے ''ذات الجنب'' کہتے ہیں جبکہ یہ معروف زبان میں ''پسلی کا درد'' کہلاتا ہے۔

Scanned with CamScanner

ذات الجنب اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: ہفتہ گل بانسہ تازہ ایک کلو- شکر سرخ ایک کلو- شہد ایک کلو۔

طریقہ تیاری: تازہ گل بانسہ کو ہاتھوں سے مسل کر ان کا عرق نکالیں اور اس عرق میں شکر شامل کر کے یکجان کر دیں۔ اس کے بعد اس میں شہد ملا کر اچھی طرح یکجان کریں۔ یہ پتلا سا قوام بن جائے گا۔ اسے کسی برتن میں ڈال کر منہ اچھی طرح بند کر کے چالیس دن تک دھوپ میں رکھیں تا کہ یہ کشید ہو جائے۔ اس کے بعد ایک ہفتہ تک سایہ دار جگہ پر پڑا رہنے دیں۔ اب یہ دوا تیار ہے۔

طریقہ استعمال: ایک تولہ کی مقدار میں یہ دوا مریض کو دن میں تین مرتبہ کھانا کھلانے کے بعد استعمال کرائیں، اگر مرض کی شدت بڑھ جائے تو دوا میں اضافہ کر دیں اور مریض کو دن میں چار سے پانچ مرتبہ استعمال کرائیں۔ اس دوا سے سینے پر جمے ہوئے بلغمی مادے کا اخراج ہوتا ہے۔ یہ دوا پھیپھڑوں اور میوانی نالیوں کو صاف کرتی ہے، اعضائے صدر کو نرم بناتی ہے اور کھانسی کو تسکین بخشتی ہے۔

ضیق الریہ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی اور کیلے کے پتے جلا کر راکھ شہد میں ملا کر کھانسی، نمونیہ اور پرانے بلغمی اثرات کو ختم کرنے میں اکسیر لاجواب چیز ہے۔

ذات الریہ کیا ہوتا ہے؟

یہ بھی ذات الجنب ہی کی مانند ہے۔ اس مرض میں جس جھلی میں دونوں پھیپھڑے لپٹے ہوتے ہیں اس میں ورم کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ مرض عموماً بچوں مین زیادہ ہوتا ہے۔ اسے ذات الریہ کہتے ہیں جبکہ معروف زبان میں اسے نمونیا کے نام سے جانا جاتا ہے اور یہ نہایت مہلک اور جان لیوا مرض ہوتا ہے۔ ذات الریہ اور ذات الجنب دونوں کا علاج قریباً ایک جیسا ہوتا ہے۔

ذات الریہ (نمونیا) اور شہد سے علاج:

ہو الشافی: لعاب بہی دانہ تین تولہ- شیرہ عناب پانچ عدد کا- شیرہ مغز کدو تین تولہ- شیرہ تخم کاہو تین تولہ- عرق گاؤزبان بارہ تولہ- خمیرہ مروارید پانچ تولہ- خاکسی سات ماشہ- شہد خالص تین تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام شیرہ جات عرق گاؤزبان میں ملا کر اچھی طرح یکجان کر لیں۔

طریقہ استعمال: خمیرہ مروارید مریض کو کھلانے کے بعد شیرہ جات کا مرکب ایک تولہ لے کر شہد تین تولہ میں شامل کر کے اوپر خاکسی چھڑک کر چٹا دیں۔ یہ عمل دن میں دو مرتبہ صبح و شام کریں۔ چند ہی روز میں مرض کا زور ٹوٹ جاتا ہے اور مریض کو سانس لینا آسان ہو جاتا ہے۔

کلونجی سے بخار کا علاج:

ہوالشافی: کلونجی، لیموں، کلونجی کا تیل اور لیموں کا نچوڑ کر رس لیں۔ کلونجی کی دھونی مریض کو دیں۔

ہوالشافی: لیموں کے رس میں چند قطرے کلونجی کا تیل ملا کر مریض کو پلائیں تو بخار بہت جلد اتر جائے گا اور شفاء نصیب ہوگی۔

کلونجی سے میعادی بخار کا علاج:

ہوالشافی: اجوائن دیسی ایک تولہ ڈیڑھ پاؤ پانی میں رات کے وقت مٹی کی پیالی میں رکھ دیں۔ صبح پانی صاف کر کے 10 قطرے کلونجی کے تیل کے ساتھ پی لیں۔ سات آٹھ روز تک یہ عمل کریں۔

کلونجی سے ملیریا بخار کا علاج:

ہوالشافی: کلونجی کا سفوف، لیموں، کلونجی کا سفوف ایک چمچ اور لیموں کا رس چینی سے میٹھا کر کے ایک کپ بنالیں اور مریض کو دیں۔

Scanned with CamScanner

کلونجی سے گردن توڑ بخار کا علاج:

ہوالشافی: کلونجی آئل کی بھاپ لیں اور ایک چمچ کلونجی آئل لیمن جوس یا لیمن اسکواش کے ساتھ صبح وشام لیں۔

☆☆☆

گردہ ومثانہ اور شہد اور کلونجی

جسم میں گردوں کا وجود نہایت اہمیت کا حامل ہے، دل کی طرف خون صاف کر کے بھیجنے کا اہم کام گردوں ہی کے متعلق ہے۔ اس لئے یہ کہاوت مشہور ہے کہ جس کے گردے مضبوط، اس کا دل اتنا ہی تندرست۔ اس کے علاوہ بقاء نسل کے لئے بھی گردے بہت بڑی خدمت انجام دیتے ہیں چونکہ خون کے رقیق فضلات اسی جگہ صاف یا فلٹر ہوتے ہیں اس لئے اگر خراب اور ناقص غذا عرصہ تک استعمال کیا جائے تو خون میں بعض فاسد مادے پیدا ہوجاتے ہیں جو کہ گردوں کی نالی میں جمع ہو کر پانی غلظ ولزوجت کے باعث، تولید ریاح کی وجہ سے اور کبھی پتھری پیدا کر کے درد گردہ کا باعث بنتے ہیں۔

پیٹ کے عقبی جانب ریڑھ کی ہڈی کے دونوں اطراف میں دو گردے موجود ہوتے ہیں ان گردوں کی شکل بہت بڑے سیم کے دانوں جیسی ہوتی ہے ان کے اوپر کا منہ نما سرا گول ہوتا ہے جس پر ایک چربیلی غددی غلاف چڑھا ہوتا ہے جس کو کلاہ گردہ کہا جاتا ہے۔ ہر گردے کے اندرونی جانب ایک گڑھا سا ہوتا ہے جسے ناف گردہ کہا جاتا ہے۔ ناف گردہ سے ایک پتلی اور لمبی نالی نکلتی ہے جو کہ پیٹ کے زیریں حصے تک جا کر پیشاب کی تھیلی یعنی مثانہ میں کھلتی ہے۔ گردوں سے فاسد پانی خارج ہو کر اسی لمبی نالی یعنی حالب میں سے گذر کر زیریں مثانہ میں جمع ہوتا ہے اور پھر وہاں سے ایک نالی کے ذریعے جسم سے خارج ہو جاتا ہے۔

گردوں کا خاص کا کام یہ ہوتا ہے کہ وہ بدن کے ناقص پانی کو خون کے اندر سے کشید کر کے علیحدہ کریں اور جسم سے باہر نکالنے میں مدد دیں۔ اس فاسد پانی کے اندر بدن کے کئی ٹھوس فضلات گھلے ہوئے ہوتے ہیں جن میں دو خاص مشہور ہیں ایک یوریا اور دوسرا یورک ایسڈ۔ اگر یورک ایسڈ جسم میں سے صحیح طرح سے خارج نہ ہو تو جسم انسانی کے تمام جوڑ متاثر ہو جاتے ہیں اور ایک خاص بیماری لاحق ہو جاتی ہے جو کہ گنٹھیا کے نام سے موسوم کی جاتی ہے۔

کام کرنے کے بعد بدن کی بافتوں میں ٹوٹ پھوٹ سے اور غذ میں پروٹینی اجزاء (نائیٹروجنی مرکبات یا لحمیات) استعمال کرنے کے بعد بدن میں ان کا فضلہ باقی رہ جاتا ہے۔

جسے جسم میں رکھنا خطرناک ہوتا ہے لہٰذا ان بے کار مادوں کو جسم سے باہر نکالنا بے حد ضروری امر ہوتا ہے، گردے انہی مادوں کو خون میں سے الگ کرتے ہیں اور بدن سے باہر نکالنے کے عمل میں اپنی معاونت ادا کرتے ہیں۔ اگر یہ مادے کچھ دیر جسم میں رہ جائیں تو ان میں زہریلے اثرات پیدا ہوجاتے ہیں ان زہریلے اثرات کی کثرت سے انسان کا جسم ناقابل حرکت بن جاتا ہے۔

گردوں کا کام بے حد حساس اور نازک ہوتا ہے وہ بیک وقت خون کی صفائی کے ساتھ ساتھ ان فاسد مادوں اور پانی کو جسم سے باہر نکالنے کی ذمہ داری ادا کرتے ہیں۔ لیکن یہ نہیں سمجھنا چاہئے گردوں کی بافت محض بے جان میکانی چھلنی کی طرح کام کرتی ہے۔ دراصل یہ عجب امر ہے کہ گردوں کی بناوٹ کے خلیے نہایت تمیز داری اور مستعدی سے اچھی اور بری چیز کو پہچان کر خون کے اندر روپوش صرف نقصان پہنچانے والے بے کار مادوں کو ہی باہر نکال کھینچتے ہیں اور مفید اور قیمتی پروٹینوں کو عمداً خون کے اندر ہی باقی رہنے دیتے ہیں مگر جب بیماری کی وجہ سے گردے یہ انتخابی عمل صحیح طرح انجام نہیں دے پاتے تو پیشاب میں البیوٹین خارج ہونے لگتا ہے جو انڈے کی سپیدی کی طرح ایک پروٹینی مادہ ہوتا ہے۔

لیکن مجموعی طور پر گردے زیادہ چھاننے اور نتھارنے (فلٹر) کا ہی عمل انجام دیتے ہیں۔ خون کی یہ چھنائی اور صفائی تندرستی کے لئے نہایت ضروری ہوتی ہے۔ ورنہ بہت سی بے کار اشیاء مثلاً خون کے پرانے مردہ سرخ جرثومے وغیرہ خون کے اندر رہ کر تمام جسم کے افعال کو متاثر کرتے ہیں۔ ہمارے بدن سے چوبیس گھنٹے میں تقریباً پچاس سے ساٹھ اونس پانی پیشاب کی صورت میں خارج ہوتا ہے۔ یہ ہمارے پئے ہوئے پانی اور غذا سے نکلے ہوئے فاضل پانی کا مرکب ہوتا ہے۔ کھانا کھاتے ہوئے زیادہ پانی نہیں پینا چاہئے کیونکہ اس سے معدے کا ہاضم لعاب ہلکا پڑ جاتا ہے البتہ درمیانی اوقات میں زیادہ پانی پینا چاہئے تاکہ گردے خوب اچھی طرح دھل جائیں۔

ہمیں اپنے گردوں کی خاص طور پر نگہداشت کرنا چاہئے انہیں سردی سے بچانا چاہئے اور زیادہ تیز گرم مصالحہ جات اور زیادہ طعام نوشی سے پرہیز کرنا چاہئے۔ شراب کے تو بالکل پاس بھی نہیں پھٹکنا چاہئے کیونکہ جدید تحقیق سے یہ ثابت ہو چکا ہے شراب گردوں کے لئے ''سم

قاتل'' سے کم نہیں ہے۔ سردیوں کے موسم میں زیادہ سے زیادہ ورزش کرنا بہترین عمل ہے اس سے جسم میں کھل کر پسینہ آتا ہے اور بدن کا کافی فاسد پانی جلدی مساموں کے ذریعے خارج ہو جاتا ہے اور گردوں پر زیادہ بار نہیں پڑتا۔

گردہ کے امراض میں احتباس البول، پتھری اور ریگ بہت تکلیف دہ بیماریاں ہیں۔

خون کے زہریلے مادے یورک ایسڈ جب پیشاب سے خارج نہیں ہو پاتے ہیں تو یہ گردے میں جمع ہوکر پتھری کی صورت اختیار کرلیتے ہیں۔ جب یہ کنکر حوض گردہ سے نکل کر ان دو باریک نالیوں میں سے گذرنے کی کوشش کرتی ہے جو کہ پیشاب کو مثانہ کی نالی کی جانب لے جاتا ہے تو اس کے نوک دار سروں سے یہ باریک و تنگ نالی متضرر ہوتی ہے، جس سے شدید درد اُٹھتا ہے۔ اسے ''درد گردہ'' کہا جاتا ہے۔ مریض درد کی تکلیف کو برداشت کرنے میں ناکام رہ جاتا ہے اور بری طرح سے ڈکراتا رہتا ہے۔ اس دوران مریض کو مرض قے بھی لاحق ہوجاتا ہے۔ جب تک وہ کنکر نالی میں سے گذر کر مثانہ میں نہیں داخل ہوجاتا ہے تکلیف کسی دم بھی رکنے کا نام نہیں لیتی، لیکن کچھ ہی عرصہ میں دوسری کنکر کی تیاری کا عمل مکمل ہو جاتا ہے اور یہ تکلیف دہ مرحلہ ایک بار پھر سامنے آکھڑا ہوتا ہے۔

ذیل میں امراضِ گردہ کے علاج کے لئے شہد اور کلونجی کے چند شافی نسخہ جات پیش کئے جارہے ہیں۔

مرض درد گردہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: سہاگہ تیلیا ایک تولہ - روغن گاؤ پانچ تولہ - شہد دس تولہ۔

طریقہ تیاری: سہاگہ باریک پیس لیں اور روغن گاؤ میں اچھی طرح حل کرکے کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھیں، جب سہاگہ پھول جائے تو اسے نکال کر دوبارہ باریک پیس لیں اور اس سفوف کو شہد میں اچھی طرح ملا کر پھینٹ لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا روزانہ تین ماشہ کی مقدار میں صبح و شام انگلی سے چاٹ لیا کریں اس سے گردہ کی میل کچیل صاف ہو جاتی ہے اور درد گردہ میں افاقہ ہوتا ہے۔ یہ پتھری کو بھی گلا دیتا ہے اور پیشاب کھل کر آتا ہے۔

Scanned with CamScanner

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: نبات سفید دو تولہ۔ اصلی السوس مقشر تین تولہ۔ شہد دو تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو باہم ملا کر ہاون دستہ میں ڈالیں اور باریک پیس لیں اس سفوف کو شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: دن میں دو مرتبہ 1/2 تولہ کی مقدار میں یہ سفوف شہد دو تولہ میں اچھی طرح ملا کر مریض کو چٹائیں۔ یہ قروح و شدکلیہ میں مفید و مجرب ہے۔

مرض بندش پیشاب اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: سرد چینی چار ماشہ۔ شہد خالص چھ تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کا شربت بنا کر اس میں سرد چینی ڈال کر صبح و شام استعمال کریں، رکا ہوا پیشاب جاری ہو جاتا ہے اور درد گردہ سے بھی نجات ملتی ہے۔

مرض ریگ گردہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: قلمی شورہ ایک ماشہ۔ جوا کھار ایک ماشہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء شہد میں اچھی طرح ملا کر حل کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ تمام خوراک ایک وقت میں رفتہ رفتہ چاٹئے اور اس کے بعد ایک گلاس شربت بزوری پی لیں۔ یہ طریقہ علاج پندرہ یوم تک جاری رکھیں پتھری خود بخود گل کر ریزہ ریزہ ہو کر پیشاب میں خارج ہو جاتی ہے۔

مرض ضعف گردہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: اخروٹ تازہ ایک پاؤ۔ شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: اخروٹ چھیل کر باریک پیس لیں اور انہیں شہد میں اچی طرح ملا دیں، اس کے بعد اس مرکب کو کسی روغنی مٹی کے برتن میں یا شیشے کے جار میں ڈال کر کسی سایہ دار جگہ میں رکھ دیں، روزانہ اسے کھولے بغیر الٹا پلٹا دیا کریں۔ یہ ڈیڑھ ماہ تک اسی طرح رکھیں

اور اس کے بعد استعمال میں لائیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا ایک تولہ کی مقدار میں تین وقت استعمال کی جاتی ہے۔ اس سے ضعف گردہ کو تقویت ملتی ہے اور تمام جملہ خرابیاں دور ہو جاتی ہیں۔ اس کے علاوہ یہ مادہ منویہ کو مغلظ کرنے میں بھی لاجواب اثرات کی حامل دوا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: مغز پستہ عمدہ ایک تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: مغز کو باریک پیس کر شہد میں اچھی طرح ملا دیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا ایک وقت کے لئے ہے۔ اس کا استعمال ایک ہفتہ تک ضرور کرنا چاہئے۔ اس سے گردوں کی کمزوری دور ہو جاتی ہے اور پیشاب کو برداشت کرنے کی طاقت بڑھتی ہے۔

مرض درد و پتھری گردہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: کالی مرچ جنگلی دس تولہ۔ شہد پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: جوار بیل کا ایک پتہ لے کر اس میں کالی مرچ جنگلی کے دانے ڈال کر اچھی طرح لپیٹ دیں اور اسے کسی دھاگے سے باندھ کر اونچی جگہ لٹکا دیں روزانہ اس پر پانی کا ایک چھینٹا ضرور لگائیں۔ دو ہفتہ میں یہ دانے پھول جائیں گے انہیں پتے میں سے نکال کر دھوپ میں رکھ کر خشک کر لیں۔ اس کے بعد انہیں ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں یہ مثل غبار ہوں تو زیادہ بہتر ہے۔ اس سفوف کو شہد میں ڈال کر گوندھئے تا کہ قدرے سخت ہو جائے۔ اس کے بعد اس کی مرچ سیاہ کے برابر گولیاں گوندھ لیں اور انہیں اس طرح رکھیں کہ آپس میں جڑ نہ جائیں۔ جب یہ خشک ہو جائیں تو انہیں شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی ایک گولی صبح، ایک گولی شام کو ایک پاؤ دودھ میں دو تولہ شہد ملا کر استعمال کریں، یہ پتھری نکالنے کی مجرب دوا ہے اس کے علاوہ یہ درد گردہ کو بھی تسکین دیتی ہے۔

Scanned with CamScanner

مرض ضعف گردہ ومثانہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: زیرہ سیاہ چار ماشہ- چھلکا آملہ چار ماشہ-شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو صاف کر کے ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور سفوف حاصلہ کو شہد میں اچھی طرح ملا دیں۔

طریقہ استعمال: رات کو سونے سے قبل یہ دوا دودھ کے ساتھ مریض کو کھلائیں۔ یہ دوا خصوصاً ان بچوں کے لئے بے حد اکسیر ہے جو کہ بستر پر پیشاب کر دیتے ہیں چونکہ ان کا مثانہ کمزوری کا شکار ہوتا ہے۔ اسی لئے یہ دوا ان کے گردے اور مثانے کو تقویت دے کر مضبوط بناتی ہے۔

مرض ثبور وقرحہ گردہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: جنگلی گائے کا دودھ 1/2 لیٹر-شہد ایک تولہ۔

طریقہ استعمال: گائے کے دودھ میں رات کے وقت شہد اچھی طرح ملا کر پئیں۔ یہ گردوں کے ثبور اور زخموں میں نہایت مجرب دوا کا کام کرتا ہے۔ بالکل آسان نسخہ ہے۔ اگر جنگلی گائے نہ میسر ہو تو اس کی جگہ ایسی گائے کا دودھ حاصل کریں جو کہ قدرتی غذا پالی گئی ہو

گردوں کے سدے اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: عرق بادیاں دس تولے-شہد خالص تین تولے- مربہ اوج پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: عرق بادیان کو شہد میں باہم اچھی طرح ملالیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا دن میں دو مرتبہ صبح وشام بمقدار ایک تولہ ہمراہ مربہ اوج کے استعمال کریں۔ یہ گردوں میں پڑ جانے والے سدوں کے لئے ایک مجرب ومفید دوا ہے۔ یہ گردوں میں پیدا ہونے والی ریح کو دور کرتی ہے اور پتھری کو گلانے میں مدد دیتی ہے۔

گردوں کی فاضل چربی اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: مغز اخروٹ پانچ تولہ-مغز تربوز پانچ تولہ-شہد خالص دس تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں مغز لے کر باریک پیس لیں اور شہد میں اچھی طرح ملا دیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی مقدار ایک تولہ صبح وشام استعمال کریں۔ یہ گردوں میں پیدا ہونے والی اضافی چربی کا سدباب کرتی ہے اور اس سے پیدا ہونے والی درد کو بھی افاقہ دیتی ہے۔

مرض درد ریح گردہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: عرق بادیاں دو تولہ-شہد خالص تین تولہ- پانی ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: ایک شیشے کے گلاس میں پانی نیم گرم ڈال کر اس میں دونوں اجزاء شہد و عرق بادیاں ملا دیں اور اچھی طرح حل کریں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا دن میں تین مرتبہ استعمال کریں یعنی دوا والا پانی کا گلاس ایک ہی وقت پئیں۔ اس سے درد ریح اور گیس کا خاتمہ ہوتا ہے اور گردوں کی درد میں افاقہ ہوتا ہے۔

اخراج پتھری کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: شہد، لہسن نہایت باریک پسا ہوا، کلونجی، حرمل اور زیرہ سفید تمام اشیاء ہم وزن۔

ترکیب تیاری: تمام اشیاء کو کھرل میں ڈال کر نرمی سے پیس کر باہم ملالیں۔ یہ ایک معجون کی شکل میں تیار ہوگا۔

طریقہ استعمال: ایک چمچہ معجون نہار منہ تین دن تک مریض کو کھلائیں۔ باذن اللہ تعالیٰ شفاء نصیب ہوگی۔ اگر پتھری پوری طرح خارج نہ ہو تو تین دن چھوڑ کر دوبارہ اس دوا کا استعمال کریں۔

اخراج دیدان کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی 100 گرام، سرکہ انگوری ایک بوتل، شکر دیسی ڈیڑھ کلو۔

ترکیب تیاری: کلونجی کو موٹا موٹا کوٹ کر آدھی بوتل سرکہ اس میں ڈال دیں اور اسے خشک کرلیں اور کوٹ کر محفوظ کرلیں۔ اس کے بعد باقی آدھی بوتل میں ڈیڑھ کلو شکر شامل کر کے بدستور شربت تیار کرلیں۔

طریقہ استعمال: 3 گرام تیار شدہ پاؤڈر صبح دوپہر شام سرکہ تیار شدہ شربت ایک بڑے چمچے

Scanned with CamScanner

کے ساتھ اگر شکر کی جگہ شہد ملا کر شربت تیار کر لیا جائے تو فوائد دوگنا ہو جاتے ہیں۔

التہاب گردہ کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 5 تولہ اور زیتون کا تیل 10 تولہ۔

ترکیب تیاری: کلونجی کو نہایت باریک پیس کر رکھ لیں۔

طریقہ استعمال: درد والی متاثرہ جگہ پر سفوف کلونجی زیتون کے تیل میں ملا کر اچھی طرح مالش کریں اور صاف پٹی باندھیں۔ نصف چھوٹا چمچہ سفوف کلونجی نہار منہ کھلائیں۔ یہ سات دن کا علاج ہے۔

ہوالشافی: سفوف کلونجی 1 حصہ اور شہد مصفّٰی 3 حصے معجون تیار کر کے آدھ آدھ چمچہ چائے والا صبح وشام کھائیں۔ جلد ہی تکلیف جاتی رہے گی۔ جائے متاثرہ پر زیتون کے تیل کی مالش کرنے سے درد میں افاقہ ہوتا ہے۔

گردے اور مثانہ کی پتھریوں کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 100 گرام اور شہد مصفّٰی 500 کلوگرام۔

ترکیب تیاری: کلونجی پیس کر شہد میں معجون بنائیں۔

طریقہ استعمال: یہ معجون چائے والا ایک چمچہ، نصف یا ایک کپ ٹھنڈے پانی کے ساتھ استعمال کریں یاد رہے کہ یہ دوا نہار منہ روزانہ استعمال کریں۔

پیشاب کی جلن کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: دودھ خالص ایک پاؤ، شہد خالص ایک چمچ، روغن کلونجی 5 قطرے ملا کر مریض کو پلائیں۔ ایک دو خوراک میں فائدہ نظر آئے گا۔

ہوالشافی: ایک پاؤ خالص دودھ میں 8 قطرے کلونجی کا تیل یا ایک پاؤ پانی میں ایک چمچہ شہد ملا کر پئیں۔

پیشاب کی رکاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کباب چینی ایک تولہ، اندر جو ایک تولہ، پتھری والی دوا ایک تولہ۔ تمام ادویہ کو مکس کر

کے آدھا چمچہ ہر تین گھنٹے کے بعد استعمال کرائیں۔ لاجواب دوا ہے بلکہ پیشاب کھولنے کے لئے لاجواب اور تیر بہدف چیز ہے۔

پیشاب کی کمی کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: مکئی کے خوشہ کے بال 3 تولہ پانی میں ابال کر روغن کلونجی 10 قطرے شامل کر کے پلائیں۔ پیشاب کی کمی کی شکایت ختم ہو جائے گی۔

ہوالشافی: مکئی کے بھٹے کے بال دو تولہ پانی میں جوش دیں اور 10 قطرے کلونجی کا تیل ملا کر پلائیں۔

گردوں کی صفائی اور بلڈ یوریا کا اخراج کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، ریوند خطائی 200 گرام، پانی ایک لیٹر۔

ترکیب تیاری: کلونجی، ریوند خطائی کو کوٹ کر پانی میں پکا لیں اور چھان لیں۔ اب اس پانی میں شہد خالص 500 گرام شامل کر کے ایک دو جوش دے لیں۔

مقدار خوراک: عرق اجوائن آدھا کپ، عرق مکو آدھا کپ اور مذکورہ شربت آدھا کپ ملا کر ہر تین گھنٹے بعد پلایا جائے۔ کریٹینین اور بلڈ یوریا کا اخراج کرتا ہے۔

گردے مثانے کی پتھری کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

اطباء حضرات عام طور پر جگنو کو گردے کی پتھری کے اخراج کے لئے استعمال میں لاتے ہیں جو کہ اکسیر کا حکم رکھتا ہے مگر ہر جگہ جگنو کہاں میسر ہو سکتے ہیں۔ بعض اوقات کئی بار آپریشن کے باوجود پتھری پھر سے بن جاتی ہے۔ مگر جو کلونجی والا یہ نسخہ استعمال کرتے ہیں انہیں کبھی آپریشن کی ضرورت نہیں آتی اور زندگی بھر کے لئے اس مرض سے جان چھوٹ جاتی ہے۔ نسخہ یہ ہے۔

ہوالشافی: کبوتر ذبح کر کے آلائش اور فضلہ سے صاف شدہ کے اندر، حجر الیہود 50 گرام، سنگ سرماہی 50 گرام، بھلاوہ یعنی بلادر 100 گرام بھر کر سی لیں۔ مٹی کے بڑے برتن میں آدھ کلو کلونجی ڈال کر اس پر وہ کبوتر رکھیں۔ پھر اس کے اوپر آدھ کلو کلونجی ڈال دیں۔ اس برتن کو روئی ملی مٹی یا بھوسے ملی مٹی سے لیپ کریں۔ خشک کر کے ایک من

Scanned with CamScanner

سرکنڈوں کی آگ دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر راکھ اور دوا نکال کر پیس لیں۔ چوتھا حصہ چھوٹا چمچ چائے والا دن میں تین بار شربت بزوری سے استعمال کریں۔ بفضل تعالیٰ شفاء کلی حاصل ہوگی اور اسی دوران ہر کھانے کے بعد معجون نانخواہ 3 ماشہ کھلائی جاتی ہے۔

ہوالشافی: روغن کلونجی 10 قطرے ایک چمچ شہد خالص، نیم گرم پانی میں ملا کر کھانے کے بعد استعمال کریں۔ چند یوم استعمال شرط ہے۔

ہوالشافی: دن میں ایک بار 14 عدد پسے ہوئے کلونجی کے دانے، 10 قطرے کلونجی کا تیل، ایک کھانے کا چمچ کھانے کا چمچ۔ خالص شہد پینے کے قابل گرم پانی میں ملا کر پی لیں۔

سات دن دو بار خالص دودھ میں ایک کپڑا تر کر کے مقام گردہ پر رکھ دیں اور فلالین کا کپڑا رکھ کر پٹی باندھ دیں۔

ہوالشافی: 250 گرام کلونجی کو اچھی طرح باریک پیس لیں اور 250 گرام شہد ملا لیں۔ اس آمیزے کے دو چمچ آدھا کپ گرم پانی میں ملا کر روزانہ نہار منہ ایک چمچ کلونجی آئل کے ساتھ لیں۔

ہوالشافی: کلونجی کو پیس کر شہد میں گوندھ کر 2 گرام کی مقدار خوراک میں پانی سے کھلایا جائے تو گردے اور مثانہ کی پتھری کو خارج کر دیتی ہے۔ نیز پیشاب آور اور حیض جاری کرتی ہے۔

ہوالشافی: مثانہ کی پتھری کی صورت میں کلونجی کو پانی میں جوش دے کر چھان لیں اور شہد ملا کر استعمال کرائیں اور فائدہ اٹھائیں۔

نسخہ کلونجی برائے سلسل البول:

ہوالشافی: کلونجی 100 گرام، آب زمزم ایک لیٹر۔

ترکیب تیاری: آب زمزم میں جوش دے کر چھان لیں۔

طریقہ استعمال: پھر ایک ہفتہ مریض کو پلائیں۔

نسخہ کلونجی برائے دردِ پتہ:

مندرجہ ذیل نسخہ درد پتہ کے لئے مفید ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 10 گرام، برگ پودینہ 20 گرام۔

ترکیب تیاری: دونوں کا جوشاندہ بنا کر اس میں ایک چمچہ سرکہ گنا (ہمدرد کا) ایک چمچہ ملا کر پلایا جائے۔

پتے کی پتھری کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: فراولہ (اسٹابری) کے پتے، کلونجی، شہد خالص ہم وزن لیں۔ شہد حسب ضرورت شامل کریں۔

ہوالشافی: فراولہ کے ورقوں کا جوشاندہ بنائیں بمع کلونجی۔ پھر شہد ملا کر مریض کو پلائیں۔ یہ دوا یومیہ نہار منہ استعمال کریں۔

پرہیز: ثقیل اور چکنی غذا سے اور بادی چیزوں سے پرہیز کریں۔ چند یوم مسلسل استعمال کریں پتھری صاف ہو جائے گی۔

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، پوست سنگ دانہ مرغ دیسی 100 گرام۔

ترکیب تیاری: دونوں ادویہ کو خوب بارک کر لیں۔

مقدار خوراک: ہر تین گھنٹہ بعد 3 گرام، تخم خربوزہ اور خارخسک 6,6 گرام کے جوشاندہ کے ہمراہ استعمال کرایا جائے۔ جبکہ بعد از روغن زیتون 2,2 چمچہ چائے والے پلائیں۔

ہوالشافی: اگر پیس کر سرکہ میں گوندھ کر گرم پانی سے کھلائیں تو پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے نکال دیتی ہے چاہے پتھری مثانہ میں ہو یا گردے میں ہو۔

☆☆☆

ہماری جلد اور شہد اور کلونجی

ہم اپنی جلد کی اہمیت سے بخوبی واقف ہیں اور ان امور میں سنجیدگی سے غلطاں رہتے ہیں، خصوصاً خواتین تو اپنی جلد کی دیکھ بھال اپنے ملبوسات سے زیادہ کرتی ہیں۔ گوری رنگت، سانولی سلونی رنگت، سرخ و سپید رنگت ۔ یہ سب الفاظ ہماری جلد کی جانب ہی اشارہ کرتے ہیں۔ جلد ہمارے تمام اندرونی جسمانی اعضاء پر چڑھا ہوا غلاف ہے، اسے تمام جسم کا لباس کہنا غلط نہیں ہوگا۔ گوشت و ہڈیاں، شریانیں و آنتیں سب اس کے پیچھے محفوظ ہیں۔ یہ جسم کا بیرونی غلاف ہے جو کہ بیرونی اثرات، آب و ہوا، آلودگی، کھلے گوشت کے گلنے سڑنے کے عمل سے بدنِ انسانی کو محفوظ رکھتا ہے اور اندرونی اعضاء کی حفاظت کا سامان کرتا ہے۔

جلد ہماری قوت لامسہ (چھونے کے احساس) کا خاص ذریعہ ہے۔ اگر کوئی چیز بدن سے چھو جاتی ہے یا معمولی سی حرکت کرتی ہے تو اس کی خبر جلد کے حسی تاروں سے فوراً دماغ کو ہوجاتی ہے۔ یہ امر حیرت انگیز ہے کہ جلد تو سارے بدن پر یکساں پھیلی ہوئی ہے مگر اس پر چھونے کا احساس ہمیں بعض جگہوں پر شدید اور جلد معلوم ہو جانے والا اور بعض حصوں پر محسوس نہ ہونے والا یا دیر سے معلوم ہونے والا ہوتا ہے۔ مثلاً ہونٹ اور انگلیوں کے سرے زیادہ حساس ہوتے ہیں اور ہاتھ کی پشت قدرے کم۔ بعض حصوں کی جلد موٹی اور کھردری ہوتی ہے اگر اس پر مکھی یا کٹھل رینگ رہا ہو تو محسوس ہی نہیں ہوتا اگر محسوس بھی ہو تو بے حد کم ہوتا ہے لیکن بعض پتلی جلد والے حصوں پر بھی یہی صورت حال ہوتی ہے کہ کہیں کم اور کہیں زیادہ چھونے کا احساس ہوتا ہے۔ جسم کے کئی حصوں پر سنسناہٹ کی حس مختلف درجوں اور مختلف نوعیت کی ہوتی ہے۔

حس لامسہ کے علاوہ ہمیں سردی و گرمی اور کسی چیز کی ناہمواری یا ہمواری، کھردرے پن یا چکناہٹ، نرمی و سختی کا احساس بھی نمایاں ہوتا ہے اگر جسم کے کسی حصے پر کوئی نوک دار چیز مثلاً سوئی چبھ جائے تو ہمیں درد بھی محسوس ہوتا ہے۔ اگر جلد میں کوئی چھالا پڑ جائے یا پپڑی اتر گئی ہو اور پھر اگر اس کچے مقام پر کسی تیز چیز مثلاً ایمونیا یا نمک کے بخرات ہوا کے ذریعے لگیں تو

چرچراہٹ کا احساس ہوتا ہے۔ اس سے یہ اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ جلد اس قدر نازک اور حساس ہے کہ اسے ہوا میں تیز بخارات کا بھی احساس ہو جاتا ہے۔

قدرت ہماری جلد سے ایک اور خدمت بھی لیتی ہے یعنی پسینے کے ذریعے ہماری بدن کی فاسد اور زہریلی رطوبتیں باہر نکال پھینکتی ہے اور اس طرح یہ ہمارے خون کو صاف کرنے میں بھی معاون ثابت ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں جلد ہمارے بدن پر درجہ حرارت کو اعتدال پر رکھنے کا کام بھی سرانجام دیتی ہے۔ جلد اپنے مسامات کے ذریعے پانی وغیرہ میں سے نمی اور بعض سود مند ادویہ کے اجزاء کو اپنے اندر جذب کرنے کی صلاحیت بھی رکھتی ہے جو کہ بعد ازاں خون میں شامل ہوجاتے ہیں۔ چنانچہ دیکھا یہ گیا ہے کہ شدید پیاس کی صورت میں ٹھنڈے پانی سے نہانے یا بدن پر تر کپڑا لپیٹنے سے تسکین محسوس ہوتی ہے۔ بعض بیماریوں میں جلد پر روغن، تیل، یا پارے کی مالش کرنے سے یہ دوائی اجزاء خون کے اندر پہنچ کر اپنے اثرات دکھاتے ہیں۔ آج کل تو مختلف ادویہ کی زیر جلد پچکاریاں بکثرت دستیاب ہیں جن میں شفائی اجزاء جلد کے نیچے سے جذب ہو کر خون میں پہنچ جاتے ہیں۔

جلد بنیادی طور پر دو طبقوں یا پرتوں میں بٹی ہوئی ہوتی ہے۔

1۔ جلد بالائی پرت سینگ جیسے سخت چھوٹے چھوٹے چپٹے خلیوں یا چھلکوں سے تشکیل پاتی ہے جو ہمیشہ گھس گھس کر اترتے رہتے ہیں اور ان کی جگہ نئے خلیے پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ اس پرت کی سطح پر بے شمار نہایت باریک سوراخ یا مسامات دکھائی دیتے ہیں جو پسینے کی گلٹیوں کی نالیوں کے سوراخ ہیں جو کہ پسینہ خارج کرتے ہیں۔ یہ سخت پرت جلد کی اندرونی گہری پرت کو تحفظ فراہم کرتی ہے تاکہ وہ بیرونی دسترس سے محفوظ رہ سکے۔

2۔ دوسری یعنی گہری پرت خانے دار اور ریشہ دار ساخت سے بنی ہوئی ہوتی ہے جس کے اندر خون اور لمف کی مہین رگوں اور بے شمار عصبی شاخوں کا جال پھیلا ہوتا ہے۔ پسینے کے غدود، چربی یا چکنائی کے غدود اور بالوں کی جڑوں کی گول تھیلیاں (شعری جرابات) بھی جلد کی اسی گہری پرت میں جمی ہوتی ہیں۔ بیرونی ذرات گندگی اور جراثیم وغیرہ جو جلد کی اس گہرائی میں آگھستے ہیں وہ سب لمفی رگوں کے اندر گرفتار کر کے روک لئے جاتے ہیں اور بدن کو ان کے مضرات سے بچایا جاتا ہے۔ جلد کے حساس آخری عصبی

Scanned with CamScanner

ریشے جسم کے ہر حصے کو اس کی حالت اور وضع سے بخوبی آگاہ کرتے رہتے ہیں۔ درد کا احساس ہمیں حصے کی امکانی مضرت، چوٹ یا زخم سے آشنا کرتا ہے۔ چربی کے غدود جو کہ جلد کی گہرائی میں رہتے ہیں ان کی نالیاں اوپر کی تہہ میں پہنچ کر چکنائی سے جلد کو چکنا ،نرم، لچکیلا اور زیادہ قابل نفوذ رکھتی ہیں۔ پسینے کے غدود کی نازک نالیاں سطحی تہوں میں مزید اندر داخل ہو کر پسینے کے فضلات خارج کرتی ہیں اور حرارت بدن کو مناسب اور معتدل رکھتی ہیں۔ بالائی جلد کا زخم آس پاس اور نیچے کی تہوں کی معاونت سے جلد ہی ٹھیک ہو جاتا ہے اور زخم پر کھرنڈ یا پپڑی سے نئی بنی ہوئی نازک جلد کی حفاظت ہوتی ہے۔ اگر جلد کا بہت بڑا حصہ برباد ہو جائے تو اس پر دوسری جگہ کی جلد (عموماً ران کی) سے مہین پیوند چسپاں کر کے ضائع شدہ حصے کی کھلی خلا کو ڈھانکنا پڑتا ہے، مگر معمولی چھوٹے زخموں پر آس پاس کی تہیں خود ہی بڑھ کر انہیں بآسانی ڈھانک دیتی ہیں غرض کہ جلد ہمارے بدن کی حفاظت کا سب سے بڑا بیرونی مورچہ ہے۔

پتّی کی تشریح:

یہ سرخ رنگ کے دانے ہوتے ہیں جو کہ عموماً ہاضمے کی خرابی کے باعث نمودار ہوتے ہیں۔ ان میں شدید خارش ہوتی ہے اور مریض کا بدن و چہرہ متورم ہو جاتا ہے۔ اگر ان کا بروقت علاج نہ کیا جائے تو یہ فسادخون کے عوارض کو دعوت دیتے ہیں۔ پتّی عموماً اس وقت زور اختیار کرتی ہے جب کوئی مرغن غذا کھائی جاتی ہے اس کے چند ہی لمحوں بعد بدن پر ہلکی سی کھجلی شروع ہوتی ہے جو کہ کچھ ہی دیر میں اس قدر زور پکڑتی ہے کہ جلد پر سرخ دانے نمودار ہو جاتے ہیں۔ یہ گھنٹہ دو گھنٹہ تک موجود رہتے ہیں لیکن جونہی پسینہ آتا ہے تو یہ خود بخود غائب ہو جاتے ہیں۔ اس دوران اکثر قبض کی شکایت لاحق رہتی ہے۔ اگر تین چار دن تک مسلسل غذا میں بے اعتدالی برتی جائے تو ہاتھ پاؤں اور چہرہ پر سرخی اور خفیف سا ورم بھی آ جاتا ہے۔ جسم میں کھجلی ٹھہر جاتی ہے اور ہر وقت مریض کو بے چین کئے رکھتی ہے۔ اس دوران ٹھنڈا پانی پڑنے یا سرد ہوا کے لگنے سے ورم اور سرخی میں زیادتی برپا ہو جاتی ہے اور کھجلی بھی بڑھ جاتی ہے۔ اس قسم کی صورت کو حکماء فساد ہضم کبدی کا نام دیتے ہیں۔

مرض پتّی اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: اطریفل ملین سات ماشہ- پودینہ خشک چھ ماشہ- عرق بادیان بارہ تولہ- شہد خالص چار تولہ- سفوف نعناع تین ماشہ- سرکہ ایک تولہ- عرق گلاب پانچ تولہ-

طریقہ تیاری: پودینہ عرق بادیان میں ڈال کر اچھی طرح جوش دے اور چھان کر رکھ لیں۔ اس کے بعد سرکہ اور عرق گلاب باہم ملا کر کسی شیشی میں ڈال دیں۔

طریقہ استعمال: صبح کے وقت اطریفل ملین کھا کر کچھ ہی دیر بعد پودینہ والا جوش دیا ہوا عرق بادیان، شہد میں ملا کر پی لیں۔ تین دن تک اس دوا کا استعمال کریں اور اس کے بعد جوارش کمونی ہمراہ عرق پودینہ دس تولہ شہد خالص دو تولہ میں ملا کر صبح و شام پئیں۔ سفوف نعناع تین ماشہ ہر کھانا کھانے کے بعد پھانکیں۔ سرکہ و عرق گلاب کے محلول سے جسم کے متاثرہ حصوں پر مالش کریں۔ دوران علاج مٹھاس، گوشت اور مرغن اشیاء کھانے سے پرہیز کریں اور غذا میں صرف کھچڑی ہی استعمال کریں۔

خارش کیا ہوتی ہے؟

پتّی کے مرض میں لاپروائی ہی شدید خارش کا سبب بنتی ہے یہ تمام جسم پر پھیل جاتی ہے اور چھوت کی طرح ایک فرد سے دوسرے فرد کو بھی لگ جاتی ہے، اس کے اسباب میں موسم کی تبدیلی، ہوا میں آلودگی کی فراوانی، خون میں حدت کی زیادتی، غذا کے استعمال میں بے اعتدالی اور جسمانی صفائی میں عدم توجہی برتنا شامل ہیں۔ خون میں سوداویت کے غلبے کی بنا پر یہ شکایت اکثر وبیشتر لاحق ہوتی ہے۔ جسم کے کئی حصوں میں خارش کے دانے پھوٹ جاتے ہیں اور ان میں سے رطوبت فاسدہ بہتی رہتی ہے۔ اگر اس مرحلہ پر اس کا علاج نہ کیا جائے تو یہ خون کے آتشک کی صورت اختیار کر لیتی ہے۔

شہد سے خارش کا علاج:

ھوالشافی: شاہترہ سات ماشہ- چرائتہ سات ماشہ- سرپھوکہ سات ماشہ- منڈی سات ماشہ- عناب پانچ عدد- ہلیلہ سیاہ ایک تولہ- صندل سرخ سات ماشہ- شہد خالص چار تولہ-

Scanned with CamScanner

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو کسی برتن میں ڈال کر اتنا نیم گرم پانی ڈالیں کہ تمام اجزاء اس میں ڈوب جائیں اور یہ برتن رات بھر چاندنی میں رکھ دیں۔ صبح اُٹھ کر ان اجزاء کو ہاتھ سے مسل کر ان کا عرق نکالیں اور اسے صاف کر کے شہد میں ملا کر اچھی طرح حل کر کے صاف شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: دن میں تین مرتبہ یہ دوا ایک تولہ کی مقدار میں استعمال کیا کریں۔ اس سے خون میں پیدا ہونے والی سوداویت میں کمی رونما ہوتی ہے اور خارش کے مرض میں چند ہی دن میں مکمل افاقہ ہوتا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: معجون عشبہ سات ماشہ۔ عرق عشبہ آٹھ تولہ۔ نبات سفید دو تولہ۔ روغن چنبیلی دو تولہ۔ آب لیموں ایک تولہ۔

طریقہ استعمال: معجون عشبہ، نبات سفید اور عرق عشبہ شام چار بجے استعمال کریں اور عرق لیموں اور روغن چنبیلی دونوں کو باہم ملا کر جائے ماؤف پر مالش کریں، چند ہی دن میں خارش کی شکایت دور ہو جائے گی۔

تیسرا نسخہ:

اجزاء وطریقہ استعمال:

(1)۔ حب لیموں ایک عدد۔ شاہترہ سات ماشہ۔ چرائتہ سات ماشہ۔ سرپھوکہ سات ماشہ۔ منڈی سات ماشہ۔ عناب پانچ عدد۔ ہلیلہ سیاہ سات ماشہ۔ صندل سرخ سات ماشہ۔ عرق ماء الجبین تین تولہ۔ عرق شیر دس تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

شہد کے علاوہ تمام اجزاء کسی برتن میں ڈال کر رات بھر رکھ دیں اور صبح انہیں اچھی طرح مسل و چھان کر شہد کے ہمراہ پئیں۔

(2)۔ معجون عشبہ ایک تولہ۔ عرق ماء الجبین چھ تولہ۔ عرق شیر چھ تولہ۔ شربت عناب دو تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

ان سب اجزاء کو باہم ملا کر ہمراہ شہد خالص کے شام کے وقت پئیں۔

(3)۔ کمیلہ چھ ماشہ۔ مردار سنگ چھ ماشہ۔ گندھک آبلہ سار چھ ماشہ۔ نیلا تھوتھا چھ ماشہ۔ روغن زرد ایک تولہ۔

روغن زرد کو اکیس مرتبہ پانی میں گذاریں، یعنی دھو کر اس کے زہریلے اثرات دور کر دیں۔ اس کے بعد باقی ماندہ اجزاء کو باریک پیس کر اس میں اچھی طرح ملائیں اور اس مرہم کو جسم پر لیپ کریں اور دھوپ میں ایک گھنٹہ تک بیٹھ جائیں اس کے بعد گرم پانی سے غسل کر لیں۔ تین ہفتہ تک یہ عمل روزانہ انجام دیں۔

خارش کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی ایک کپ، سرکہ سیب چوتھائی کپ۔

ترکیب استعمال: کلونجی کا سفوف تیار کریں اور سرکہ میں ملا کر خارش والے عضو پر لیپ کریں۔ چار گھنٹے لیپ لگا رہنے دیں۔ یہ کورس سات یوم کا ہے۔

خارش اور حرارۃ لطیفہ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی، زیرہ۔ شہد پیس کر ملا لیں اور نہار منہ کھلائیں۔ باذن اللہ شفاء ہو گی۔

سکن الرجی کے لئے نسخہ کلونجی:

ہر قسم کی جلدی الرجی کے لئے یہ نسخہ کارآمد ہے۔

ہوالشافی: کلونجی کا تیل آدھا چمچ، روغن گلاب آدھا چمچ، ہلدی ایک چمچ اور سرکہ حسب ضرورت۔

ترکیب تیاری: سرکے کے علاوہ تمام ادویہ کو باہم یکجان کر لیں اور کسی شیشی میں ڈال کر علیحدہ رکھ لیں۔

طریقہ استعمال: سرکہ سے متاثرہ حصے کی اچھی طرح مالش کریں اور مکس دوا کو بعد از مالش کے تکلیف والی جگہ پر لیپ کریں۔

پرہیز: مچھلی، انڈا اور گرم اشیاء سے پرہیز کریں تاکہ تکلیف جلدی دور ہو سکے۔

Scanned with CamScanner

پرانے جلدی زخموں کے لئے کلونجی مرہم شفاء:

ھوالشافی: کلونجی 200 گرام جلا کر کوئلہ تیار کرلیں۔ اب اس میں زنک آکسائیڈ 20 گرام، کافور 5 گرام ملا کر یکجان کر کے آخر میں روغن زیتون حسب ضرورت ملا کر مرہم سی تیار کرلی جائے۔

ترکیب استعمال: زخم کو پہلے خوب اچھی طرح صاف کرلیں۔ بہتر یہ ہے کہ برگ نیم کے جوشاندہ سے دھو کر خشک کرلیں۔ بعد میں مذکورہ مرہم زخم پر لیپ کی جائے۔ 24 گھنٹوں میں کم از کم دو بار مرہم لگائی جاتی ہے۔

جلدی امراض کے لئے اکسیر کلونجی:

عام جلدی امراض میں کھانے کے ساتھ لگانے کی ادویہ استعمال کی جاتی ہیں۔ اس مقصد کے لئے کلونجی کا تیل اچھے نتائج فراہم کرتا ہے۔ نسخہ حاضر خدمت ہے۔

ھوالشافی: کلونجی کا تیل ایک حصہ، زیتون کا تیل 10 حصے تینوں روغن تارہ میرا حصہ کو ملالیں۔

چھالوں کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: چھالے نکلنے پر روغن زیتون لگائیں یا دیسی گھی میں پیاز جلا کر لگائیں یا انڈوں کا تیل لگائیں۔ پھر کرشمہ قدرت دیکھیں۔

ترکیب استعمال: بدن پر مل کر دو گھنٹہ بعد نہالیں۔

زخم کا ثعلبہ کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی ایک چمچ، سرکہ سیب ایک درہم، تھوم کا پانی چھوٹا چمچ، روغن کلونجی۔ اول الذکر تینوں چیزیں ملا کر مرہم تیار کرلیں۔ بال کٹا کر لگائیں۔ صبح سے شام تک لیپ لگا رہنے دیں۔ شام کو دھو کر روغن کلونجی لگالیں۔ یہ کورس سات یوم کا ہے۔

کلونجی سے زخم کا علاج:

ھوالشافی: کلونجی کا تیل، شہد خالص، انار کا چھلکا خشک، دودھ۔

ترکیب ساخت: انار کا چھلکا پیس کر دیگر میں ملا دیں۔

ترکیب استعمال: یہ معجون بقدر ایک چمچہ ایک کپ دودھ سے استعمال کریں۔

پرہیز: دہی مکھن استعمال نہ کریں۔ یہ علاج دو ماہ کا ہے۔

ھوالشافی: صعتر، بابونج، کلونجی، حلبہ، بذر کتان۔ سب ہم وزن۔

ترکیب ساخت واستعمال: تمام ادویہ کو اچھی طرح پیسیں پھر تمام دوا کو پانی ڈال کر جوش دیں اور شربت تیار کریں۔ بمقدار چمچہ چائے والا کھانے سے قبل استعمال کریں۔

زہریلے جانوروں کا کاٹنا اور کلونجی کا علاج:

ھوالشافی: کلونجی کے استعمال سے زہر کا علاج بھی ہو جاتا ہے۔ خاص کر کتے کے کاٹنے کا علاج اور بھڑ کے کاٹنے کے بعد اور ورم کے تحلیل کرنے اور گلٹیوں کو تحلیل کرنے میں کلونجی عجیب تاثیر رکھتی ہے۔

نسخہ کلونجی برائے سرطان جلد:

ھوالشافی: سفوف کلونجی، زمزم، شہد خالص مصفی۔ تمام اجزا کو ملا کر لیپ تیار کریں اور تکلیف والے عضو پر لگائیں۔

محلل اورام کے لئے نسخہ کلونجی:

بدن کی سادہ گلٹیاں (ٹیومر) کے لئے:

ھوالشافی: کلونجی 10 گرام، پوست سنگدانہ مرغ 10 گرام، عنب الثعلب 10 گرام، ہلدی 10 گرام، ملٹھی 10 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک کر کے رکھ لیں۔

مقدار خوراک: ہر چار گھنٹے بعد 3,3 گرام نیم گرم پانی کے ہمراہ۔

مرہم کلونجی:

جو لوگ علم طب سے کچھ واقفیت رکھتے ہیں۔ وہ اکثر وبیشتر تجربات کرتے رہتے ہیں۔

Scanned with CamScanner

وہ لوگ خوب جانتے ہیں کہ جو خاصیت نباتی ادویہ کی ہے وہ ایلوپیتھی (کیمیکلی) میں نہیں ہے۔ اسی سلسلے میں ایک نسخہ درج کیا جاتا ہے جو کثیر فوائد کا حامل ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، روغن زیتون 50 گرام، شہد خالص 200 گرام۔

ترکیب ساخت: کلونجی پیس کر سفوف تیار کریں۔ پھر شہد اور زیتون ملا کر مرہم تیار کریں اور محفوظ رکھیں۔

فوائد: یہ مرہم پھوڑے پھنسی، درد، زخم، چوٹ، اعصابی کھچاؤ کے لئے مفید ہے۔

نوٹ: یہ نسخہ جوڑوں کے درد کے مریضوں کے لئے بھی مجرب ہے۔ ایسے مریض اس مرہم کو پانی یا نیم گرم دودھ کے ساتھ تین بار یومیہ استعمال کریں۔ درد کمر، فالج، لقوہ کے لئے بھی لاجواب چیز ہے۔ ایسے مریض اس مرہم کی مالش کریں اور اوپر سے پٹی باندھ لیں۔ نیز یہ معدے اور گیس وتبخیر کے لئے اکسیر ہے۔

مسہ ختم کرنے کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: متاثرہ حصے پر خرفہ یا باقلہ اور کلونجی آئل لگائیں اور اس عمل کو پندرہ دن تک دہرائیں۔ اس دوران ایک چمچ کلونجی آئل دن میں دو بار پیتے رہیں۔

کلونجی سے ایگزیما کا علاج:

امراض جلدیہ میں یہ مشہور مرض ہے اور اس کا شمار بھی ان امراض میں ہوتا ہے جن کا علاج مشکل ہوتا ہے آہستہ آہستہ ہوتی ہیں۔

ہوالشافی: کلونجی، تخم بابچی، گل منڈی، پودینہ خشک اور سرپھوکا۔ ان تمام ادویہ کو باریک پیس کر سفوف تیار کرلیں۔

ترکیب استعمال: یہ سفوف دن میں تین بار تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں اور اسی سفوف کا مہندی کے پتوں کے اضافے سے بدن پر لیپ کریں۔ انشاء اللہ لاجواب شے ہے۔

ہوالشافی: کلونجی اور روغن کلونجی۔ کلونجی کی چائے بنائیں اور روغن کلونجی کو مرض والی جگہ پر لگائیں اور کلونجی کے قہوہ میں چند قطرے روغن کلونجی شامل کریں۔

ہوالشافی: مہندی کے پتے 25 گرام، سنا مکی 10 گرام، کلونجی 10 گرام، سرکہ 500 گرام اور قسط شریں 10 گرام۔ ان سب کو 5 منٹ ابال کر چھان لیں۔ اب اس لوشن میں کلونجی کا تیل ملا کر دن میں دو مرتبہ لگائیں۔ ساتھ خالص شہد ایک چمچہ 10 قطرے کلونجی تیل کے ساتھ کھلائیں۔

ران اور جانگھ کی سوزش کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: متاثرہ مقام یا حصہ کو اچھی طرح صابن اور پانی سے دھو کر خشک کرلیں۔ پھر کلونجی آئل مل کر اگلی صبح تک کے لئے چھوڑ دیں۔ تین دن دہرائیں۔ آپ پہلے ہی دن سے انشاء اللہ فرق محسوس کریں گے۔

بلغمی ورم اور خارش کے لئے نسخہ کلونجی:

اگر کلونجی کو سرکہ میں ملا کر جسم پر لیپ کریں تو یہ پھوڑے پھنسی کے لئے مفید ہے اور خارش زخم اور بلغمی ورم کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔ مزمنہ اور جلبیہ ورم کے لئے از حد مفید چیز ہے۔

مہاسوں کی تشریح:

جلدی بیماریوں میں چہرے پر پیدا ہونے والے مہاسوں کی شکایت بے حد عام ہے۔ مہاسوں والا چہرہ بھی بھدا اور بدصورت لگتا ہے، اس مرض سے خواتین بے حد پریشان ہوتی ہیں اور طرح طرح کی کریمیں لگا لگا کر اپنی جلد کو مزید خراب کر بیٹھتی ہیں حالانکہ اس کا علاج اندرونی خرابیوں کو ختم کرکے کیا جاتا ہے۔ خون میں خرابی ہی ان کا باعث بنتی ہے۔ اکثر لوگوں کے چہروں پر مہاسے نکلنے کے بعد خود ہی پھوٹ جاتے ہیں اور ان میں پیپ پڑ جاتی ہے جس سے تکلیف میں زیادتی ہو جاتی ہے خارش رکنے کا نام ہی لیتی اور چہرہ کو داغ سے بھی بچانا ضروری ہوتا ہے ورنہ بدنمائی اس کا مقدر بن جاتی ہے۔ یہ شکایت عموماً جوانی کے اوائل میں ہی دیکھی جاتی ہے۔ ایسے میں روغن کلونجی کا استعمال کرنا بے حد موزوں اور تقویت بخش ہے۔

چہرے کے کیل اور مہاسوں کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 60 گرام، کلتھی دال 100 گرام۔

Scanned with CamScanner

ترکیب تیاری: دونوں کو خوب اچھی طرح باریک پیس کر رکھ لیں۔

طریقہ استعمال: (1) اس میں سے ایک تا دو چمچہ لے کر سرکہ خالص حسب ضرورت میں لیپ سا تیار کر لیں۔

طریقہ استعمال: (2) چہرے پر پتلا سا لیپ کر لیں اور خشک ہونے پر ہاتھوں سے چہرہ پر مساج کریں۔ چند بارے کے عمل سے کیل مہاسوں سے جان چھوٹ جائے گی۔

نوٹ: اس دوران کوئی مصفی خون شربت بھی پیا جائے۔ مثلاً صافی وغیرہ اور معدہ کی اصلاح کی جائے، ہاضمہ درست کھائے جائے، قبض نہ ہونے دیا جائے اور پانی دن بھر 20-15 گلاس پیا جائے۔

برص کی تشریح:

یہ نہایت مہلک بیماری ہے، اس کے پیدا ہونے کے کئی اسباب ہیں مگر زیادہ خیال یہی ہے کہ یہ موروثی ہوتی ہے۔ سینے میں بلغم کے غلبہ کی صورت میں بھی لاحق ہو جاتی ہے اور قوت مشبہہ کے فعل میں ناقص و کمزوری پیدا ہونے کے باعث بھی لاحق ہو جاتی ہے۔ اس مرض میں جسم پر کئی جگہ سے جلد سفید دودھ کی مانند ہو جاتی ہے اور اس میں سخت کھجلی پیدا ہوتی ہے، غذا میں معمولی سی بے اعتدالی سے یہ مرض بگڑ جاتا ہے اور مریض کئی کئی دن تک اس کی شدید تکلیف سے نکل نہیں پاتا۔ عمر کے ساتھ ساتھ یہ سفید داغ جسم پر پھیلتے جاتے ہیں۔ اگر بروقت اس مرض کو تشخیص کر کے اس کا علاج کیا جائے تو یہ مکمل طور پر ختم ہو جاتی ہے۔ روغن کلونجی کا اس مرض میں استعمال کرنا بے حد مفید ہے۔

برص کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: برص کی حالت میں اگر روزانہ ایک تولہ روغن کلونجی تینوں اوقات دوائے برص کے ہمراہ استعمال کیا جائے تو مرض میں بہتری پیدا ہو جاتی ہے۔ اس دوران چاول، دودھ اور دیگر بادی اشیاء سے مکمل پرہیز کیا جائے جو کہ بلغم پیدا کرنے کا موجب بنتی ہیں۔

ہوالشافی: حب الرشاد 50 گرام، شونیز 50 گرام، برگ مہندی 10 گرام اور سرکہ 900

گرام۔ سرکے میں تمام ادویہ ابال لیں۔ نیم گرم چھان کر روغن کلونجی ملا کر برص کے داغ دھبوں پر لگائیں تو نہایت مفید ہے۔

ہوالشافی: بابچی اور کلونجی ہم وزن لے کر خوب باریک سفوف کر لیں۔

ہوالشافی: ہلدی سبز ایک کلو، کلونجی ایک کلو، نیم نمولی کوٹی ہوئی پانچ کلو، گل منڈی ایک کلو اور مجیٹھ ایک کلو۔ ان تمام ادویہ کو ایک من پانی میں بھگو دیں۔ دس یوم کے بعد مروجہ طریقہ پر ان کا عرق کشید کریں۔

ترکیب استعمال: تین گرام سفوف صبح و شام 5 تولہ عرق کے ساتھ کھلائیں۔ ساتھ اتنا ہی مقدار میں یہ دونوں سفوف 900 گرام سرکہ اور دس گرام مہندی میں 10 منٹ ابال کر چھان لیں۔ صبح شام کلونجی کے تیل کے ساتھ برص پر لگائیں۔

برص اور بہق کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: سفوف کلونجی اور سرکہ سیب۔ دونوں چیزیں لے کر مرہم تیار لیں۔ دھوپ میں بیٹھ کر تکلیف اور مرض والی جگہ پر یہ مرہم لگائیں۔ مسلسل کئی بار لگائیں حتیٰ کہ اللہ تعالیٰ شفا عطا کرے۔

ہوالشافی: سفوف کلونجی ایک چمچ، سرکہ سیب ایک چمچہ اور مہندی ایک چمچ۔ سب کو ملا کر مرہم تیار کریں اور رات کو سوتے وقت لگا کر سو جائیں اور صبح دھو ڈالیں۔ ایک ماہ کا یہ کورس ہے۔

برص اور بہق کے لئے ضمادِ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی کا بہق پر ضماد کرنا مفید ثابت ہوتا ہے جب اس میں سرکہ کا اضافہ کیا گیا ہو اور برص کے لئے اس کا ضماد کرنا نفع بخش ہے۔

برص اور سفید و سیاہ چھائیوں کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی اور سرکہ ہم وزن لے کر کلونجی کو باریک پیس لیں۔ سیب کا سرکہ شامل کر کے مرہم تیار کریں اور برص کے سفید داغوں پر اور چھائیوں پر لگائیں اور اوپر سے پٹی باندھ لیں۔

Scanned with CamScanner

مرض چیچک کیا ہوتا ہے؟

امراض جلد میں یہ ایک عالمگیر بیماری ہے جس کی ہلاکت آفرینیاں محتاج بیان نہیں ہیں۔ ہر عمر کے افراد اس مرض میں مبتلا دیکھے جا سکتے ہیں۔ یہ بیماری اس وقت زیادہ مہلک اور خطرناک ثابت ہوتی ہے جب اس کے دانے اچھی طرح نہ نکلے ہوں یا نکل کر گم ہو جائیں۔ اس حالت میں اگر دانوں کے بخوبی نکلنے کی کوئی تدبیر نہ کی جائے تو مریض کسی صورت نہیں بچ پاتا۔ اس کے لئے شہد ایک عمدہ اور بے ضرر دوا ہے۔

مرض چیچک اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: ورق طلائی دو عدد۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: سونے کے اوراق کو سل پر اچھی گھس کر شہد میں ملا دیں۔

طریقہ استعمال: چھ ماشہ کی مقدار میں یہ دوا مریض کو چٹوانے سے چیچک کے دانے پوری طرح نکل آتے ہیں اور گم شدہ دانے بھی باہر نکل آتے ہیں۔

داد کیا ہوتی ہے؟

یہ مرض بھی خطرناک ہوتا ہے۔ اس کے پیدا ہونے کی وجہ خون میں سوداویت کا غلبہ اور سوزاک و آتشک میں مبتلا رہنا بیان کیا جاتا ہے۔ سوزاک و آتشک کی سمیت خون میں فساد پیدا کر کے جلدی حصوں پر دھپڑ پیدا کرتی ہے جو کہ کچھ ہی دنوں میں داد کی شکل اختیار کر لیتے ہیں۔ شروع میں ان دھپڑوں میں خارش ہوتی ہے جو کہ زخم کی سی صورت اختیار کر لیتی ہے اور اس میں سے پیپ بہنے لگتی ہے۔ یہ جسم کے تمام حصوں پر نمودار ہوتے ہیں، اگر بروقت علاج نہ کیا جائے تو یہ ناسور بن جاتے ہیں۔ حکماء و اطباء کا کہنا ہے کہ ایک بار اس مرض کا آغاز ہو جائے تو سمجھ لیجئے کہ یہ کافی عرصہ تک حملہ آور ہوتا رہے گا۔ بیرونی ادویہ کے استعمال کے ساتھ ساتھ ان کے مکمل خاتمے کے لئے کھانے والی ادویہ کا استعمال کرنا ضروری ہوتا ہے۔ اس مرض کے دوران غذا میں ترش و گرم اشیاء کا استعمال ترک کر دینا چاہئے۔ مرض داد کی زیادتی عموماً کنج ران اور سرین پر دیکھنے کو ملتی ہے۔

مرض داد اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: نگند بابری ایک تولہ۔ فلفل سیاہ سات دانہ۔ عرق مرکب مصفیٰ خون بارہ تولہ۔ افیون ایک ماشہ۔ اردسنگھاڑہ چھ ماشہ۔ عرق لیموں دو تولہ۔ شہد خالص ایک تولہ

تیاری و طریقہ استعمال: نگند بابری، فلفل سیاہ کو عرق مرکب میں بھگوئیں اور اس کا زلال صبح و شام دونوں وقت ایک تولہ شہد کے ساتھ پئیں۔ افیون، اردسنگھاڑہ اور عرق لیموں کو باہم ملا کر معجون بنا لیں اور داد والی جگہ پر کھردرے کپڑے سے رگڑ رگڑ کر لیپ کریں۔ اس دوران سرخ مرچ سے مکمل پرہیز رکھیں اور مسلسل تین ماہ اس دوا کو جاری رکھیں تاکہ خون میں سوداویت کا مکمل خاتمہ ہو جائے اور داد کا مرض دوبارہ پیدا نہ ہو۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص ایک تولہ۔ عرق گلاب دو تولہ۔ افیون عمدہ ایک ماشہ۔

طریقہ تیاری: افیون کو باریک گھس کر عرق گلاب میں اچھی طرح ملا دیں۔

طریقہ استعمال: افیون زدہ عرق گلاب جائے ماؤف پر روزانہ لیپ کریں اگر جلن زیادہ محسوس ہو تو ایک آدھ دن کے وقفے سے یہ لیپ لگائیں اور رات کو سونے سے قبل ایک تولہ شہد 1/2 پاؤ دودھ میں ملا کر پئیں۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: آرد گندم دو تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: آرد گندم کو باریک کر کے شہد میں اچھی طرح ملا کر مرہم بنا لیں۔

طریقہ استعمال: جائے ماؤف پر اس کا لیپ کرنے سے چند ہی ہفتوں میں داد کا خاتمہ ہوتا ہے اور داغ دھبے مٹ جاتے ہیں۔ اسی مرہم کو اگر انبل پر لگایا جائے تو وہ پک کر پھوٹ جاتا ہے۔

ذیل میں دیگر متفرق امراض جلد کے آزمودہ نسخہ جات بیان کئے گئے ہیں۔

داد کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: مہندی کے پتے، سناکی، کلونجی، میتھی، حب الرشاد، قسط شیریں۔ سب ہم وزن پیس کر ایک چھوٹا پیالہ بھر کر 6 چھوٹا پیالہ خالص سرکہ میں ملا کر 10 منٹ ہلکی انچ پر ابالیں۔ ٹھنڈا ہونے پر چھان کر بوتل میں سنبھال لیں۔ اس لوشن کے ساتھ کلونجی کا تیل ملا کر لگائیں۔

جلد کے داغ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: سرکہ ایک تولہ۔ نمک لاہوری 1/2 تولہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو شہد میں باہم ملا کر مرہم بنالیں۔

طریقہ استعمال: جائے ماؤف پر لیپ کریں اس سے جسم پر پڑنے والے داغ دھبے دور ہوجاتے ہیں اور جلد کو نیا نکھار ملتا ہے۔

قروحہ جلد اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص ایک تولہ۔ روغن گل دو تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو باہم ملا کر اچھی طرح پھینٹیں اور مرہم بنالیں۔

طریقہ استعمال: یہ مرہم ایسے زخموں پر لگانا بے حد مفید ہے جو کہ کسی بھی وجہ (خصوصاً بلغم شور کے باعث) سے جسم پر پڑ گئے ہوں۔

نوٹ: یہ دوا سر میں لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مرجاتی ہیں۔

چوٹ کا نیل اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: نمک لاہوری دو ماشہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: نمک کو باریک کر کے شہد میں ملا دیں اور مرہم بنالیں۔

طریقہ استعمال: بعض اوقات چوٹ لگ جانے کی وجہ سے جلد کے نیچے خون جم جاتا ہے اور وہاں نیلاہٹ پیدا ہوجاتی ہے۔ ایسے میں جائے ماؤف پر اس دوا کا لیپ کریں۔ اس سے جلد پر چوٹ کے باعث پڑے نیل کے نشان کا خاتمہ ہوجاتا ہے اور جلد صاف ہوجاتی ہے۔

پھپھوندی کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: سناء کی مصفی، حب الرشاد، قسط شیریں، برگ مہندی، کلونجی۔ تمام ادویہ ہم وزن پیس کر حصہ زیادہ سرکہ میں ملا کر 10 منٹ آگ پر ابال لیں۔ پھر چھان کر روغن کلونجی شامل کر کے لگائیں تو نہایت فائدہ مند ہے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

جوڑوں کے مسائل اور شہد اور کلونجی

بدن انسانی اپنا نظام درست انداز میں چلانے کے لئے توانائی طلب کرتا ہے جو کہ ہم روزانہ مختلف اوقات میں غذا کے استعمال سے اسے فراہم کرتے رہتے ہیں۔ جسم کا اندرونی نظام ہماری بھیجی گئی خوراک کو مختلف پراسس سے گذار کر اس میں توانائی و مفید اجزاء کشید کرتا ہے۔ یہ سلسلہ تمام زندگی معمولی سے اختلاف سے جاری رہتا ہے۔ خوراک کے مفید عناصر حاصل کرنے کے بعد باقی ماندہ غیر ضروری مادے کو جسم سے نکال دیتا ہے جسے فضلہ کہا جاتا ہے۔ ہمارا جسم کا واسطہ مختلف انواع کے فضلہ جات سے پڑتا ہے جنہیں بدن انسانی سے خارج کرنے کے لئے مختلف طریقے قدرت نے تعمیر کئے ہیں۔ حکماء و اطباء اس بات پر متفق ہیں کہ اجزائے لحمیہ کا فضلہ ایک سمی چیز ہے۔ جس کو ''مادہ سوداویہ'' یا ''یورک ایسڈ'' سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ اس سمی مادے کو گردے خون سے نکال کر پیشاب کے راہ جسم سے خارج کرتے ہیں۔

اگر اس زہریلے مادے کا اخراج باقاعدگی سے ہوتا رہے تو فسادِ خون سے امن رہتا ہے لیکن جب گردے ضعف میں مبتلا ہو جائیں تو فاسد مادے کو خون سے الگ کرنے میں سست روی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ جس کے باعث یہ فاسد مادہ دوبارہ خون میں سرایت کر کے جسم کے مختلف حصوں میں پہنچ جاتا ہے۔ یہ مادہ چونکہ مخصوص وزن کا حامل ہوتا ہے اس لئے خون کے دوران میں سست روی پیدا کرتا ہے اور ہڈیوں کے جوڑوں میں جمع ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ یہ عموماً مفاصل یعنی ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کے جوڑوں میں منجمد ہوتا رہتا ہے جس کے باعث ان کے افعال میں فرق پیدا ہو جاتا ہے۔ اس سے جوڑوں میں وجع المفاصل، نقرس اور عرق النساء جیسے مہلک امراض لاحق ہو جاتے ہیں۔

وجع المفاصل کیا ہے؟

جیسا کہ بالا بیان کی گیا ہے کہ یورک ایسڈ کی اضافی مقدار جسے کہ خارج ہونا ضروری تھا وہ خون کے ساتھ سفر کرتی ہوئی جوڑوں کے خلا میں جمع ہوتی رہتی ہے۔ ایسی صورت میں یہ مرض

ظاہر ہوتا ہے۔ اطباء کا کہنا ہے کہ یہ مرض ہاضمے کی لگاتار خرابی، سوزاک، آتشک اور فسادِ خون کے باعث لاحق ہوتا ہے۔ اس میں گھٹنوں اور ٹخنوں میں درد ورم کی شکایت رہتی ہے، پیشاب تھوڑا تھوڑا اور سوزش کے ساتھ آتا ہے۔ بھوک میں کمی ہو جاتی ہے رات کو سوتے وقت تکلیف میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ جوڑوں میں بلغم مالح کے اجتماع کی صورت یہ شکایت رونما ہوتی ہے۔

اس مرض کی شدت سے ہاتھ، پاؤں، انگلیوں اور ٹخنوں کے تمام جوڑوں میں درد ہوتا ہے اور یہ بڑھ کر کندھوں کے جوڑوں تک پھیل جاتا ہے۔ مریض سیدھا کھڑا ہونے سے عاجز ہو جاتا ہے۔ سوزاک کی سمیت سے بھی یہ مرض لاحق ہو سکتا ہے۔ اگر اس موقع پر بھی اس کی جانب دھیان نہ دیا جائے تو یہ ریڑھ کی ہڈی پر اثر انداز ہوتا ہے اور پھر تمام ہڈیاں بوسیدگی کا شکار ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ اس مرض میں بخار بھی چڑھتا ہے مگر اس کی شدت زیادہ نہیں دیکھی گئی ہے۔

شہد شفائی خوبیوں کے ساتھ مرض کی سمیت کو دور کرتا ہے۔ یہ جوڑوں میں موجود زہریلے مادوں کو اکھاڑ کر پسینہ کی صورت میں باہر نکالتا ہے۔ حکماء کی رائے یہی ہے کہ ان شکایات کو دور کرنے کا واحد علاج صرف یہی ہے کہ کوئی ایسی دوا یا تریاق استعمال کیا جائے جو اس زہریلے مادے کو تحلیل کر کے پسینہ یا پیشاب کی راہ نکال دے اور گردوں کے افعال کو تندرستی بخشے۔ اس لئے وجع المفاصل کے لئے اندرونی و بیرونی دونوں طریقوں سے شہد کا استعمال کرنا بیش نعمت دوا ثابت ہوا ہے۔

شہد کو بارہا آزمانے سے یہ تریاق اب مل چکا ہے کہ شہد میں ہی وہ خصوصیت موجود ہے جو یورک ایسڈ کو تحلیل کر کے جسم سے نکال دیتی ہے۔ شہد کو اگر مخصوص ادویہ کے ساتھ شامل کر کے جسم پر مالش کی جائے تو ان ادویہ کا اثر جلدی میں سے فوری ہڈیوں کے جوڑوں تک پہنچتا ہے۔ حرارت کی وجہ سے رطوبات فاسدہ کو اندرون بدن سے جلد کی جانب جذب کر لیتا ہے۔

مرض وجع مفاصل کے لئے:

ہو الشافی: گل بنفشہ سات ماشہ- مویز منقیٰ نو دانے- بیخ کاسنی سات ماشہ- بادیان سات ماشہ- تخم خیارین نیم کوفتہ سات ماشہ- بوزیدان نیم کوفتہ پانچ ماشہ- گاؤزبان پانچ ماشہ۔

Scanned with CamScanner

خمیرہ بنفشہ چار تولہ- خاکسی سات ماشہ-شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد اور خمیرہ بنفشہ کے علاوہ سب اجزاء کو کسی برتن میں ڈال کر آگ سے جوش دیں، دو ایک جوش آنے پر اسے چھان کر خمیرہ بنفشہ اس میں شامل کر کے اسے محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا میں سے ایک تولہ لے کر اس پر خاکسی سات ماشہ چھڑک کر شہد کے ہمراہ صبح و شام استعمال کریں۔ گرم پانی میں کپڑا تر کر کے جوڑوں پر ٹکور کریں۔ یہ دوا ایک ہفتہ تک جاری رکھیں اگر افاقہ ہوا ہو تو ٹھیک ہے ورنہ ایک ہفتہ کا کورس دوبارہ کریں۔ دوا کے استعمال کے بعد دو تولہ شہد لگا تار دن میں دو مرتبہ کھان معمول بنالیں۔

عرق النساء کا بیان:

وجع المفاصل کی طرح یہ مرض بھی خون میں یورک ایسڈ کی زیادتی سے لاحق ہوتا ہے۔ عرق النساء کے مرض کی وجہ عموماً رگوں میں مواد جمع ہونا بیان کی جاتی ہے۔ اسے کئی لوگ عرف عام میں ''لنگڑی کا درد'' بھی کہتے ہیں۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ اس مرض کا شکار دائیں یا بائیں یا پھر دونوں ٹانگیں ہو سکتی ہیں، یہ کولہے کی ہڈی سے لے کر پاؤں کے ناخن تک شدید درد پیدا کرتا ہے جو کہ ہڈی میں نہیں بلکہ خون کی رگوں میں سے اُٹھتی ہے اور مریض چلنے پھرنے اور سونے سے معذور ہو جاتا ہے۔

عرق النساء اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: تخم خشخاس دو تولہ- بکری کا دودھ بقدر ضرورت-شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: تخم خشخاس باریک پیس کر بکری کے دودھ میں اچھی طرح ملا دیں اور شہد بھی اس میں شامل کر دیں، یہ پتلا سا تیل بن جاتا ہے۔

طریقہ استعمال: جائے ماؤفہ پر اس تیل (نیم گرم) کی خوب اچھی طرح مالش کریں اور نرم کپڑا اس پر لپیٹ دیں۔ خیال رہے کہ دوران مالش ہوا نہ لگنے پائے۔ چند دن تک ایسا کرنے سے خوب پسینہ آئے گا اور رگوں میں رکا ہوا زہریلا مواد خارج ہو جائے گا۔

التہاب المفاصل کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: تخم کلونجی تین تولہ، تخم کتان تین تولہ، بابونہ تین تولہ، شہد پانچ تولہ۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو موٹا موٹا کوٹ کر نرم آنچ پر پکائیں اور مرہم بنا کر محفوظ کریں

طریقہ استعمال: شام کے وقت تکلیف والی جگہ پر مرہم لگا کر صاف پٹی سے باندھیں اور صبح کو کھول دیں۔

جسمانی جوڑ اور پٹھوں کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 20 گرام، قرنفل 10 گرام، لوبان 20 گرام، زنجبیل 10 گرام، تخم حرمل 10 گرام، بادام 10 گرام، شہد خالص 100 گرام۔

ترکیب استعمال: دن میں دو مرتبہ استعمال کرائیں۔ شام کے کھانے کے بعد اور صبح کھانے کے بعد۔

ہوالشافی: کلونجی 10 گرام، صبر اصفر 15 گرام، حب الرشاد 10 گرام، زنجبیل 5 گرام، (جو) 5 گرام۔

ترکیب ساخت: ان تمام اشیاء کو باریک پیس کر ملا لیں اور 300 گرام شہد خالص کے ساتھ معجون تیار کریں۔

ترکیب استعمال: یہ معجون صبح نہار منہ اور شام کو سونے سے قبل یہ نسخہ دس یوم کے استعمال سے اللہ کے فضل و کرم سے شفاء نصیب ہوگی۔

جوڑ اور اعصاب کا کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 20 گرام، اسگند 10 گرام، بوزیدان 50 گرام، قرنفل 10 گرام، سورنجان 50 گرام، فلفل سیاہ 10 گرام، زنجبیل 50 گرام، مغز فندق 10 گرام، تخم حرمل 10 گرام، مغز بادام 10 گرام، شہد خالص 200 گرام۔

ترکیب ساخت: تمام ادویہ کو باریک پیس کر شہد خالص میں معجون تیار کریں اور کسی شیشے کے برتن میں محفوظ کرلیں۔

Scanned with CamScanner

ترکیب استعمال: صبح ناشتہ کے بعد اور رات کو سوتے وقت ایک چمچہ چائے والا استعمال کریں۔

جوڑوں کے ورم کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: تخم کلونجی صاف ستھری، حلبہ اچھی، تخم کتان، مکھی کا شہد خالص۔

ترکیب ساخت: آگ پر پکائیں ایک سی بن جائے گی۔ نیم گرم کر کے ورم کی جگہ پر باندھیں۔ رات کو باندھیں صبح کو پٹی کھول کر صاف کرلیں۔

جوڑوں کے درد کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: آک کی جڑ کا چھلکا خشک کیا ہوا ایک پاؤ، اجوائن دیسی ایک پاؤ، کلونجی ایک پاؤ۔

تمام ادویہ کا سفوب بنالیں اور صبح دوپہر شام ایک ایک تیچہ تازہ پانی سے کھائیں۔ پھر قدرت الٰہی کا نظارہ کریں۔

جوڑوں میں درد ریح کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: ریح جو جوڑوں میں یا تمام جسم میں ہے تو کلونجی ڈھائی تولہ، عقر قرحا، چار درہم، تخم تمہ پیس لیں۔ کلونجی کے تیل میں ڈبو دیں اور دھوپ میں رکھ کر خشک کریں۔ پندرہ یوم کے بعد دردوں میں استعمال کریں۔ بفضل تعالیٰ شفاء یاب ہوں گے۔

جوڑوں کی کھچاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 10 گرام، سورنجان شیریں 10 گرام، تخم شبت 10 گرام، خولنجان 6 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام اشیاء کا سفوف (پاؤڈر) تیار کرلیں۔

مقدار خوراک: 3 تا 5 گرام نیم گرام پانی کے ہمراہ کھلائی جائے صبح اور شام۔

جوڑون کے درد اور ریاح کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: اجوائن دیسی، کلونجی، میتھرے۔ ہر ایک دوا ہم وزن لیں۔ پیس کر سفوف تیار کر کے فل سائز کیپسول بھرلیں۔

مقدار خوراک: کھانے سے قبل تین بار دن میں استعمال کریں۔ کچھ عرصہ کے استعمال سے جسم کے بے شمار امراض ختم ہوں گے۔

فوائد: جوڑوں کا درد، اعصابی درد، کمزوری ریاح تبخیر کے لئے یہ نسخہ مفید ترین چیز ہے۔

کلونجی سے درد پیٹھ کا علاج:

ہوالشافی: کلونجی آدھا گرام، شہد خالص ڈیڑھ کلوگرام۔

ترکیب ساخت: کلونجی کو خوب پیس لیں۔ پھر شہد خالص شامل کر کے معجون تیار کرلیں۔

ترکیب استعمال: معجون دن میں دو بار شام چار یا پانچ بجے کے قریب اور رات کو سوتے وقت دس یوم استعمال کرنے سے شفاء کلی نصیب ہوگی۔

درد کمر اور گنٹھیا کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: لہسن کی ایک پوتھی صاف شدہ سرسوں کے تیل میں خوب پکالیں۔ رات کو روغن کلونجی کے ساتھ ملا کر مالش کریں۔

ہوالشافی: صاف لہسن کی ایک پوتھی سرسوں کا تیل ایک پاؤ میں خوب پکا کر سنبھال کر رکھ لیں۔ رات کلونجی کے تیل کے مالش کریں اور صبح سرسوں کے تیل کے ساتھ مالش کریں اور ڈھانپ کر رکھیں۔

کمر کے درد اور دوسرے اقسام کے گنٹھیا کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: تھوڑا سا کلونجی آئل ہلکا سا گرم کر کے متاثرہ حصے پر اچھی طرح مالش کریں۔ اس کے ساتھ ایک چمچ عام، کلونجی آئل دن میں دو بار پیتے رہیں۔ آرام دو ہفتوں میں متوقع ہے انشاءاللہ۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

مردانہ امراض اور شہد اور کلونجی

جس طرح انسان کو بھوک لگنا، دماغی قوئی کی موجودگی، خون کی تمام جسم میں گردش ضروری ہے اسی طرح بقائے نسلِ انسانی کے لئے اس قوت کا وجود بھی انسانی جسم میں لازمی ہے۔ اگر یہ نہ ہوتو انسان مکمل نہیں کہلا سکتا لیکن جب بقائے زندگی کے ضروری اعضاء کی نشو ونما ایک حد تک پوری ہو جاتی ہے تب انسان میں یہ قوت بیدار ہوتی ہے۔ جس سے معلوم ہوتا ہے کہ اس قوت کے علاوہ مخصوص اعضاء کے انسان کا دل و دماغ اور جگر وغیرہ صحیح معنی میں تندرست ہونا چاہئے۔ مختلف قسم کی غلط کاریوں، کثرت مباشرت طویل العمری کی وجہ سے جب انسان کی عام تندرستی خراب ہو جاتی ہے تو اس قوت کا وجود بھی باقی نہیں رہتا ہے۔ لہٰذا ضعف باہ کے مریضوں کے لئے یہی ضروری ہے کہ وہ اپنی عام تندرستی کی جانب توجہ دیں جب تمام اعضائے رئیسہ اپنا اپنا فعل کما حقہ انجام دینے لگیں گے تو یہ قوت خود بخود درست ہو جاتی ہے لیکن اگر مقامی شکایات کی وجہ سے کچھ ضعف باقی رہ جائے تو پھر خفیف محرک ادویہ وطلاء جات استعمال کریں۔

ابتداء ہی سے محرک ادویہ کا استعمال نہ صرف غیر مفید ہے بلکہ بسا اوقات بے حد نقصان کا باعث بنتا ہے۔ یہ مرض جیسا عام اور عالمگیری ہے ویسے ہی اس کا شافی علاج اب ناپید ہے۔ کون ہے جو قوت باہ کا طلب گار نہیں؟ نو جوانوں سے لے کر بوڑھوں تک ضعف باہ کے شاکی پائے جاتے ہیں۔ بوڑھوں میں تو قدرتی طور پر تمام قوائے انعال کے اندر انحطاط شروع ہو جاتا ہے لیکن زمانہ حال میں نو جوان جب کا ابھی عنفوان شباب ہے اور جنہیں قدرتی طور پر کچھ عرصہ تک جوانی کی لذتیں حاصل کرنے کا خداداد موقعہ میسر تھا وہ قبل از وقت جلق، اغلام بازی اور کثرت جماع جیسے غیر فطری افعال کا مرتکب ہو کر بوڑھوں سے زیادہ کمزور اور بے طاقت دکھائی دیتے ہیں۔ مریضوں کی اس قدر بہتات دیکھ کر اور قوت باہ کی ادویہ کی اس قدر مانگ نے لوگوں کو اندھا کر دیا ہے وہ لوگوں کی اس کمزوری سے بھرپور فائدہ اُٹھانے کے لئے امراض مردانہ کے خصوصی معالج بن بیٹھے ہیں۔

قدرت کے یہ گناہ گار جو اپنے ہاتھوں، اپنی کرتوتوں کے باعث ضعف باہ اور نامردی میں مبتلا ہوئے ہیں اب ان نام نہاد طبیبوں کے چنگل میں پھنس کر اپنے کئے کی سزا پا رہے ہیں۔ فاضل اطباء نے ایک ضعف باہ کے بیسوں سبب تشخیص کر کے ہر ایک کا طریقہ علاج جداگانہ مقرر کیا ہے لیکن ان خدائی فوج داروں کا جو کہ امراض خاص کے واحد یکتہ روزگار معالج ہیں ایک ہی نسخہ تمام اسباب وعلل کا شافی علاج ہے۔

شہد کے بارے میں زمانہ قدیم کے اطباء نے طرح طرح کے ممسک فوائد کو بیان کیا ہے۔ قوت باہ کے لئے جس قدر شہد مفید ہے اس قدر کوئی دوسری شے مفید ثابت نہیں ہو سکی ہے۔ اس کے روزانہ استعمال سے مادہ تولید کی افزائش میں اضافہ ہوتا ہے اور اس کے بنائے ہوئے طلاءً سے عضو کی کمزوری دور ہوتی ہے۔ شہد ممسک بھی ہے اور امساک بھی پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں یہ مغلظ بھی ہے۔ زمانہ قدیم سے ہی اسے طلاءً کے طور پر استعمال کیا جا رہا ہے۔ مباشرت میں اس سے رطف بڑھتا ہے سستی و نامردی کے نسخوں میں اس کا استعمال جدید و قدیم اطباء کثرت سے کرتے چلے آئے ہیں۔

اگر آپ کو جوانی کے اوائل میں ہی بری صحبت میسر آ جائے تو آپ کے ساتھ آئندہ زندگی میں کیا ہو سکتا ہے؟ یہ آپ کو فی الوقت سمجھ نہیں آ سکے گا، کیونکہ جوانی اندھی ہوتی ہے اور سے بے لگام رکھنے کی بجائے اس کی باگیں اپنے ہاتھ میں مضبوطی سے تھامے رکھنا ہی مردانگی و بہادری ہے۔ قدرت کے بخشے ہوئے انعام کو یوں ضائع مت کریں بلکہ قدرت کے طے کردہ راستے اپنائیں اور فطری لطف سے محظوظ ہوں۔ آج کل جنسی رجحانات نے جو شکل اختیار کر رکھی ہے اس سے نو جوانوں میں اس قسم کے عوارض ہی لاحق ہو سکتے ہیں جو انہیں دیمک کی طرح اندر ہی اندر سے چاٹ کر ان کی جوانی کو معذور کر رہے ہیں۔ کپڑوں کی سرسراہٹ میں بھی شہوانیت کے آثار کچھ اس طرح نمایاں کئے جاتے ہیں کہ رشتوں کے تقدس سے مرعوب متوسط طبقے کا نو جوان تنہائی میں اپنی بربادی کا خود مجرم بن رہا ہے جبکہ اونچے طبقوں میں وہ سب کچھ ہو رہا ہے جو یورپ کا خاصا ہے۔ زمانہ جدید کا نو جوان کا حلیہ کچھ ایسا ہے، آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے، زرد رنگت، خمیدہ کمر، پتلا دبلا جسم جس میں جان ابھی نکلی جاتی ہو، ذرا سی بات پر رنگ اڑ جانا، تھوڑی سی محنت پر منہ پھاڑے کھڑا ہونا، سانس کا بے قابو رہنا، قلبی اختلاج و انتشار ی

کیفیت کی شکایت عام زبان پر ہونا، حافظہ کی کمزوری کا ہر وقت رونا کرنا، طبیعت میں بوجھل پن کی شکایت ہر وقت لبوں پر رہنا۔ احتلام، جریان، عضو کا استرخاء، سرعت انزال، نامردی، قوت باہ کا فقدان اور نجانے ایسی کئی بیماریاں نئی نسل کو لاحق ہیں۔ جو بیماریاں ہمارے اسلاف کو کبھی لاحق نہیں ہوئی تھی وہ آج کل عام ہیں۔ انہی بیماریوں کی بدولت آج کا نوجوان ایسا ہے۔ بہرکیف اللہ سے توبہ کیجئے اور اپنی اس حالت زار کو ذیل میں دیئے ان نسخوں سے سدھارنے کی کوشش کیجئے۔

قوت باہ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: سفید پیاز کا پانی ایک سیر۔ شہد خالص ڈیڑھ سیر۔ زعفران ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: سفید پیاز کا پانی نکال کر کسی بڑے برتن میں ڈالیں۔ اس میں شہد ڈال کر کف گیر سے اچھی طرح ہلا کر مکس کر لیں۔ اب اس برتن کو نرم آگ پر چڑھا دیں۔ تمام پانی جب برتن میں سے خشک ہو جائے اور شہد باقی رہ جائے تو اس میں زعفران ملا کر اسے اتار لیں اور کسی شیشے کے جار میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: روزانہ صبح نہار منہ یا کھانا کھانے کے بعد حسب برداشت ایک تولہ دوا رفتہ رفتہ چاٹ لیا کریں اگر جسم اس دوا کو برداشت کرنے پر قادر ہو ایک تولہ رات سوتے وقت بھی لے سکتے ہیں مگر اس دوران اگر احتلام یا جریان کی شکایت ہو تو دوا کو چند دن کے لئے بند کر دیں۔ گرم مزاج لوگ اس دوا کی کم مقدار استعمال کریں جبکہ سرد مزاج کے لوگ اس دوا میں وقت کے ساتھ اضافہ کر سکتے ہیں۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: عرق انگور ایک کلو۔ عرق ادرک ایک کلو۔ عرق پیاز ایک کلو۔ شہد خالص ایک کلو۔ زعفران ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: زعفران کے علاوہ تمام اجزاء کو ایک قلعی دار برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر چڑھا دیں۔ جب اس کا گاڑھا سا قوام بن جائے تو اس میں زعفران ڈال کر اسے اتار کر ٹھنڈا

کر لیں اور کسی مرتبان میں محفوظ کریں۔

طریقہ استعمال: اگر اس کی مداومت (پابندی) کی جائے تو عمر طبعی تک قوت مردمی بحال رہے گی اور باہ میں کسی قسم کا فرق نہیں آئے گا۔ اس کی ایک تولہ کی مقدار دن میں تین مرتبہ استعمال کرنا سودمند نتائج کا حامل ہوتا ہے لیکن کچھ لوگ اسے برداشت نہیں کر سکتے ہیں اس لئے انہیں ہدایت کہ وہ گرم دودھ میں دوا کی ایک تولہ مقدار اچھی طرح حل کر کے رات کو سوتے وقت استعمال کیا کریں۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ دودھ عمدہ 1/2 کلو۔ دارچینی کا سفوف تین ماشہ۔

طریقہ تیاری: دودھ کو نیم گرم کر کے اس میں دونوں اجزاء ملا دیں اور اچھی طرح حل کر لیں۔

طریقہ استعمال: گو کہ یہ نسخہ معمولی ہے مگر اس کا ہمیشہ استعمال کرنے سے قوت مردمی کی کمی کی شکایت کبھی نہیں ہوتی۔ ہر روز مباشرت کے بعد دودھ میں شہد و دارچینی ملا کر پی لیا کریں بفضلہ قوت مردی پیدا ہوگی اور کمی کا تو سوال نہیں پیدا ہوتا۔

چوتھا نسخہ:

ہوالشافی: آب پیاز سفید دو لیٹر۔ زعفران چار ماشہ۔ کستوری ایک ماشہ۔ جلوتری چار ماشہ۔ شہد خالص ایک سیر۔

طریقہ تیاری: پیاز کا پانی اور شہد باہم ملا کر کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر اس قدر پکائیں کہ تمام پانی جل جائے اور شہد باقی رہ جائے۔ اسے اتار کر باقی اجزاء باریک پیس کر اس میں ملا دیں۔

طریقہ استعمال: روزانہ صبح کے وقت ڈھائی تولہ کی مقدار میں یہ دوا استعمال کی جائے۔ گرم مزاج کے حامل لوگ اسے دودھ کے ساتھ استعمال کر سکتے ہیں۔

پانچواں نسخہ:

ہوالشافی: بھینس کا دودھ ایک گلاس۔ شہد خالص دو تولہ۔ کالا زیرہ تین ماشہ۔

Scanned with CamScanner

طریقہ تیاری: کالا زیرہ پیس کر اس کا سفوف بنالیں اور دودھ گرم کر کے اس میں شہد اچھی طرح حل کر کے زیرہ پسا ہوا اس میں ڈال دیں۔

طریقہ استعمال: یہ عام جسمانی قوت اور طاقت کو بڑھانے کا بیش بہا نسخہ ہے اس سے قوت مردی پر بھی اچھا اثر پڑتا ہے۔ اسے روزانہ رات کو سوتے وقت استعمال کیا کریں۔

چھٹا نسخہ:

ہوالشافی: عرق پیاز ایک سیر۔ شہد خالص 1/2 سیر۔ سفوف موصلی سفید ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: شہد اور عرق پیاز باہم ملا کر کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر دھیمی آگ کی آنچ پر پکائیں۔ یہاں تک پیاز کلی طور پر جل جائے اور صرف شہد باقی رہ جائے تب برتن کو نیچے اتاریں اور اس میں موصلی سفید کا سفوف اچھی طرح ملا دیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوائے شباب آور کے نام سے مشہور ہے اسے شیشے یا چینی کے مرتبان میں رکھنا چاہئے۔ یہ دوا چھ چھ ماشہ سے ایک ایک تولہ کی مقدار میں صبح و شام کھائی جاتی ہے عموماً اسے چالیس دن تک استعمال کیا جاتا ہے جس سے مرد میں قوت مردی دوبارہ بیدار ہو جاتی ہے۔ گو دوائے شباب آور نہایت سہل الحصول اور بالکل سستی اور عام اشیاء پر مشتمل ہے لیکن یہ فوائد کے لحاظ سے نہایت ذی الشان ہے خصوصاً مجلوقین حضرات کے لئے اس کا استعمال کرنا نہایت مفید و مجرب ہے۔

ساتواں نسخہ:

ہوالشافی: انڈے کی زردی ایک عدد۔ سفوف چوب چینی ایک ماشہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد میں دونوں اجزاء ملا کر اچھی طرح پھینٹ لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا نیم گرم دودھ کے ہمراہ رات کو سونے سے پہلے استعمال کیا کریں۔ اس کے کچھ عرصہ استعمال سے قوت باہ میں کمی کی شکایت دور ہو جائے گی اور اس مقصد کے لئے کسی دوسری دوا کی ضرورت نہیں پڑے گی۔

آٹھواں نسخہ:

ہوالشافی: بہمنی سرخ تین تولہ۔ جوز ہندی ایک تولہ۔ دار چینی ایک تولہ۔ زعفران ایک تولہ۔ شکر قند ایک پاؤ۔ شہد خالص 1/2 پاؤ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو باہم ملا کر ہاون دستہ میں ڈال کر اچھی طرح باریک پیس لیں جب ان کا سفوف مثل بہ غبار ہو جائے تو اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: چھ ماشہ سفوف لے کر اسے ایک تولہ شہد میں اچھی طرح یکجان کر کے رات کو سوتے وقت ایک پاؤ دودھ نیم گرم کے ساتھ استعمال کریں اس سے قوت مردی میں نئی جان پڑ جاتی ہے اور تحریک تقیظ پیدا ہوتی ہے۔

کمزوری مردی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مغز چلغوزہ بریاں ایک تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: مغز چلغوزہ کو باریک پیس کو شہد میں ملا دیں۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت ایک پاؤ نیم گرم دودھ کے ساتھ یہ دوا استعمال کریں اس سے کھوئی ہوئی قوت مردی واپس لوٹ آتی ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ مربہ ادرک عمدہ ایک تولہ۔ دودھ ایک پاؤ۔

طریقہ استعمال: تینوں اجزاء باہم ملا کر رات کو سوتے وقت استعمال کریں خیال رہے کہ دودھ نیم گرم استعمال کیا جائے۔ اس سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے اور پیرانہ سالی کی ضعف بھی جاتی رہتی ہے۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: خفتہ ثعلب مصری عمدہ ایک پاؤ۔ عرق گلاب ایک پاؤ۔ شہد خالص 1/2 سیر۔ زعفران ایک تولہ۔ چوب چینی ایک تولہ۔

Scanned with CamScanner

طریقہ تیاری: ی کو عرق گلاب میں ڈال کر تین دن تین رات تک کسی سایہ دار جگہ پر رکھیں خیال رہے کہ اس میں کوئی چیز نہ گر جائے۔ ایسا احتمال ہو اسے ڈھانک دیں ورنہ کھلا رہنے دیں اس کے بعد اس مرکب کو کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر نرم آگ پر پکائیں اور کفگیر سے ہلاتے رہیں جب دو جوش آجائیں تو اس میں شہد خالص ڈال کر مزید پکنے دیں جب یہ گاڑھا سا قوام بن جائے تو اس میں باقی اجزاء باریک کر کے ڈال دیں اور ایک جوش آنے پر اتار لیں اور شیشے کے مرتبان میں ڈال کر محفوظ کریں۔

طریقہ استعمال: دس دن تک یہ دوا ایسی ہی پڑی رہنے دیں اس کے بعد ایک تولہ کی مقدار میں روزانہ صبح کے وقت نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ یہ قوت باہ کے لئے بے حد اکسیر و مجرب دوا ہے اس کا باقاعدہ استعمال تمام امراض مردی کا خاتمہ کر دیتا ہے خصوصاً جریان واحتلام سے نجات ملتی ہے۔

چوتھا نسخہ:

ہوالشافی: سونٹھ پانچ ماشہ- دودھ ایک سیر- شہد 1/2 سیر- زعفران ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: دودھ اور شہد باہم ملا کر کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر نرم آنچ پر چڑھا دیں اس کے بعد اس میں سونٹھ باریک پیس کر شامل کر دیں اور خوب پکنے دیں جب گاڑھا سا قوام بن جائے تو اس میں زعفران شامل کر کے اسے اتار لیں۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت اس کی مقدار ایک تولہ ایک گلاس نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ چالیس یوم کے استعمال سے کھوئی ہوئی قوت مردی بحال ہو جاتی ہے اور مردانہ کمزوری سے نجات ملتی ہے۔

پانچواں نسخہ:

حکیم عبداللہ جہانیاں والے بیان کرتے ہیں کہ ہمارے علاقے میں ایک بزرگ بہت پارسا اور خدا رسیدہ تھے اور ہمیشہ لوگوں کو اپنے علمی اور روحانی فیض سے مالا مال کرتے رہتے تھے۔ ان کی ایک حلقہ جماعت میں نمازیوں کی کافی تعداد جمع ہو جاتی تھی اکثر یہ خود بھی امامت کراتے۔ لوگ ان کی زیارت وصحبت غنیمت سمجھتے تھے۔ ان کے مقتدی نمازیوں میں ایک نور

باف سیدھا سادا مسلمان آدمی بھی شامل تھا۔ اس کی بیوی جوان تھی جبکہ وہ قوت مردی سے فارغ تھا لیکن اس کا حوصلہ نہ پڑتا تھا کہ کسی کے سامنے اپنا مسئلہ بیان کر سکتا۔ ایک دن نماز سے فارغ ہو کر تمام لوگ چلے گئے تو یہ شخص اپنی طبیعت پر جبر کر کے وہیں بیٹھا رہا مگر پھر بھی عرض کرنے کی جرأت نہ ہوئی حضرت اسے یوں پریشانی میں بیٹھا دیکھ کر خود ہی اس کی جانب متوجہ ہوئے کہ کچھ بات کہنی ہے تو کہو اس نے قدرے شرماتے اور جھجکتے ہوئے عرض کیا کہ جناب بیوی جوان ہے اور میں اس کے مقابلے میں ناکارہ ہوں۔ حضرت نے مسکرا کر فرمایا کہ تو جوان شہد کا استعمال کیا کرو۔ یہ بات سن کر وہ چلا گیا مگر دل میں خیال آیا کہ معلوم نہیں شہد کھانے کا حکم دیا ہے یا لگانے کا؟ بہرصورت چند روز اسی فکر میں الجھا رہا پھر چند روز کے بعد دوبارہ نماز سے فارغ ہونے کے بعد وہیں بیٹھا رہا تو حضرت نے پوچھا کہ بھئی اب کیا کہتے ہو؟ عرض کیا کہ جناب میں پہلے ہی گذارش کر چکا ہوں۔ حضرت نے اس سے پوچھا کہ کیا تم نے شہد استعمال کیا تو وہ بولا کہ کیسے استعمال کروں اس بارے میں تو آپ نے کچھ واضح ہی نہیں کیا؟ حضرت مسکرا کر بولے بھئی شہد کھاؤ اور شہد لگاؤ۔ خدا کی شان اس پر عمل کیا تو چند ہی دن میں حضرت صاحب کی زبان کی برکت سمجھو یا شہد کی شفاء بخش تاثیر، وہ بھلا چنگا اور قابل فخر مرد بن گیا۔ بعض قارئین یہ کہیں گے یہ مرد کامل کی زبان کی تاثیر تھی مگر میں یہ کہتا ہوں کہ خدائے تعالیٰ کی ذات برتر سے سچا کون ہو سکتا ہے؟ قرآن الحکیم کی سچائی اب بھی وہی ہے اور قیام قیامت تک وہی رہے گی یہ سب ہمارا ہی خبث نفس ہے اور بے یقینی ہے ورنہ خدائی کلام میں کوئی شک نہیں ہے۔

ضعف باہ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: 200 گرام پسی ہوئی کلونجی، 100 گرام لوبان، 50 گرام کلونجی آئل، 50 گرام رائی کا تیل، 50 گرام زیتون کا تیل اور 200 گرام خالص شہد ملا لیں۔ ہر کھانے کے بعد ایک چائے کا چمچہ اس آمیزے کا لیں۔ یہ قوت حیات دوبارہ لائے گا

کلونجی حب شباب:

ہوالشافی: کلونجی 1 کپ، پوست انار آدھا کپ، سرکہ سیب 1 کپ، کلونجی کا تیل۔

Scanned with CamScanner

طریقہ استعمال: کلونجی اور پوست انار کو پیس کر ملالیں۔ پھر سرکہ میں ملائیں اور یہ معجون اور کلونجی کا تیل برابر وزن لے کر گولیاں تیار کریں۔ پھر اس سے بوقت ضرورت طلاء کریں جب عضو مخصوص پر چھالے نکل آئیں تو جائیں جب وہ چھالے ختم ہو جائیں تو ضرورت محسوس ہوتو دوبارہ۔

کلونجی روغن شفاء:

ہوالشافی: میتھی 100 گرام، کلونجی 100 گرام، روغن کنجد ایک کلو۔

ترکیب ساخت: دونوں ادویہ کو جوکوب کر کے روغن کنجد میں پکائیں جب جلنے کے قریب ہو تو آگ سے اتارلیں اور صاف ستھرے کپڑے سے چھان کر سنبھال رکھیں۔

ترکیب استعمال: قوت باہ کے لئے بطور طلاء، امراض رحم کے لئے بطور فرزجہ اور درد وغیرہ کی خاطر نیم گرم مالش کریں۔ ثقل سماعت کی خاطر کان میں ڈالیں۔

فوائد: فالج، لقوہ، وجع المفاصل، عرق النساء اور اکثر بلغمی اور سرد امراض کے لئے نہایت مفید ترین چیز ہے۔ باہ کو قوت دیتا ہے۔ رحم کے اورام میں صلابت کو دور کرتا ہے نیز ثقل سماعت کرتا ہے۔

عام کمزوری کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: سفوف کلونجی ایک کپ، میتھی کا سفوف ایک کپ، محلول عنبر چھوٹا چمچ، شہد خالص کے ساتھ تمام اجزاء کو ملا کر مربہ بنائیں اور روزانہ روٹی کے ساتھ کھائیں۔

قوت باہ کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی کو باریک پیس کر زیتون کے تیل اور لوبان ذکر شامل کر کے استعمال میں لائیں۔

فوائد: قوت باہ کو پیدا کرنے کے لئے ناامیدی کے بعد اکسیر چیز ہے۔

قوت رجولیت کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: جب کلونجی کا تیل زیتون کے تیل، کندر اور لوبان الذکر کر کے ساتھ پلایا جائے تو

ناامیدی کے باوجود شہوت لاتا ہے۔

قوتِ مدافعت بڑھانے کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوا فی: ہر روز صبح کلونجی ایک گرام تک کی مقدار میں کھائی جائے۔ گرم مزاج والے حضرات آدھا گرام لیں۔

مرض سوزاک کیا ہوتا ہے؟

درحقیقت یہ مرض قدرت کی جانب سے ایک قسم کی سزا ہے جو عام طور پر عیاش فطرت لوگوں کو دی جاتی ہے لیکن کبھی کبھار گرم ادویہ یا غذاؤں کے کثیر استعمال سے یا پھر خرابی ہضم کی وجہ سے اجزائے غذا پیشاب کے ساتھ مل کر آنے کی وجہ سے لاحق ہوجاتی ہے۔ اس مرض میں پیشاب کی نالی میں زخم پڑ جاتے ہیں جن کی وجہ سے پیشاب کرنے میں سخت تکلیف ہوتی ہے اور خون بھی بہتا ہے۔ پیشاب سخت جلن وسوزش کے ساتھ آتا ہے۔ صبح کے وقت عموماً پیشاب کی نالی بند ہوجاتی ہے جس پر پیشاب کرنا مشکل بلکہ محال ہوجاتا ہے۔ اس کے علاوہ لیس دار رطوبت ہر وقت جاری رہتی ہے عضو مخصوص پر ورم آجاتا ہے۔ اگر فوری طور پر اس کا تدارک نہ کیا جائے تو کچھ ہی دنوں میں پیپ بہنے لگتی ہے۔ عموماً گرم اشیاء کھانے سے تکلیف مزید بڑھ جاتی ہے۔

سوزاک اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: (1) سفوف سرخ تین ماشہ- شیرہ تخم خیارین تین ماشہ- شیرہ خار خشک تین ماشہ- شیرہ تخم خربزہ تین ماشہ- شربت بزوری چار تولہ- شہد خالص چار تولہ۔

(2)۔ روغن صندل ایک تولہ- بتاشہ عمدہ ایک تولہ- پوست فالسہ شکری ایک تولہ

طریقہ استعمال: اجزاء نمبر ایک تمام باہم ملا کر رکھ لیں اور ان کی ایک تولہ سے دو تولہ تک کی مقدار خوراک صبح کے وقت استعمال کریں۔ رات کے وقت اجزاء نمبر ۲ میں سے روغن صندل میں بتاشہ ملا کر استعمال کریں اور بعد میں پوست فالسہ شکری سے آب زلال کریں جو کہ رات کو گرم پانی میں بھگو دیا جائے اور اگلے دن استعمال کیا جائے۔ چند دن کے

Scanned with CamScanner

استعمال سے سوزاک میں فائدہ ہوتا ہے اور مریض کو پیشاب کرنے میں سہولت ملتی ہے۔

سوزاک کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: روغن کلونجی 2 قطرے، شہد خالص ایک بڑا چمچ، روغن جا   ایک قطرہ ملا کر دو ہفتے تک لگائیں اور پھر قدرت الٰہی کا تماشا دیکھیں۔

ہوالشافی: قسط شیریں، حب الرشاد، کلونجی۔ تینوں کے دانے ہم وزن چالیس چالیس گرام ملا کر سنبھال کر رکھ لیں۔ رات کے وقت ان کا 6 ماشے 2 قطرے کلونجی کا تیل، ایک بڑا چمچہ شہد، ایک گلاس دودھ میں ملا کر پی لیں۔

جریان کیا ہوتا ہے؟

کثرت جماع یا دیگر بے اعتدالیوں کے باعث منی کے قوام میں فرق آجاتا ہے اور یہ پانی کی طرح پتلی ہو جاتی ہے۔ اس کا ایک سبب کثیر گرم و مرغن اشیاء کا کھانا بھی بیان کیا جاتا ہے۔ منی کے پتلے پن کے ساتھ ساتھ اس میں موجود کرم کی قوت بھی کمزور پڑ جاتی ہے جو کہ صحیح طور پر مباشرت کرنے کے باوجود عورت کو حاملہ کرنے سے قاصر رہتے ہیں۔ چلتے پھرتے قطرہ منی کسی حاجت کے بغیر ہی گر جاتا ہے کپڑے تو ناپاک ہوئے مگر جوہر مردی کا یوں ضائع ہونا کسی لحاظ سے مناسب نہیں ہے اگر اس جانب توجہ نہ دی جائے تو نوجوان کا رنگ زرد پڑنے لگتا ہے اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے نمودار ہو جاتے ہیں۔ بدن کی طاقت کمزور پڑنے لگتی ہے۔ اگر اس وقت بھی اس مرض کے خلاف کوئی کاروائی نہ کی جائے تو سل و دق کا حملہ ہو جاتا ہے جو کہ بگڑ کر مالیخولیا یا جنون کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ ایسے لوگوں کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ اپنے ذہن کو فحش خیالات سے پاک رکھیں اور نماز روزہ کی جانب اپنی توجہ مبذول کریں۔ کھانے کی اشیاء میں گرم و مرغن غذا سے اجتناب برتیں اور شہد کا استعمال اپنے پر لازم کر دیں۔

کچھ لوگوں کا خیال ہے کہ شہد کھانے سے مزید حالت خراب ہوتی ہے اور شہوت نفسانی بڑھ جاتی ہے وہ اپنی رائے میں توضیح کر لیں کیونکہ شہد اگر مقوی باہ ہے تو یہ ایک عمدہ دوا بھی ہے جو کہ انسانی جسم کی خرابیاں دور کرتا ہے۔ ہندی ویدک طریقہ علاج کے مطابق شہد کی مکھیاں جو شہد زہریلے پودوں کے گلوں سے بناتی ہیں اور رنگ میں وہ لوہے کی رنگت مانند سرمئی سیاہ ہوتا

ہے۔ اس کا استعمال کرنے سے قوت مردمی کے تمام عوارض دور ہو جاتے ہیں۔ عام دستیاب ہونے والا شہد بھی ایسی ہی تمام خوبیوں اور شفائیوں سے مالا مال ہے اس سے بھی وہی فوائد حاصل کئے جا سکتے ہیں جو کہ شہد سیاہ سے ہونگے۔

جریان اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: آردگلوئے خشک ایک حصہ۔ گائے کا گھی بیس حصے۔ گڑ سولہ حصے۔ شہد مصفّٰی بیس حصے۔

طریقہ تیاری: گلوئے خشک اور گڑ کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور اس سفوف کو شہد اور گھی میں اچھی طرح ملا کر یکجان کر لیں اور تمام دوا شیشے کے جار میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی مقدار چھ ماشے صبح و شام ایک پاؤ تازہ نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں ایک ہفتے کے استعمال سے مرض جاتا رہے گا۔

دوسرا نسخہ:

ہو الشافی: سبوس اسبغول پانچ تولہ۔ روغن بادام ڈھائی تولہ۔ ورق چاندی تین ماشہ۔ شہد خالص دس تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ سب اجزاء کو لے کر روغن بادام میں اچھی طرح چرب کر لیں ایک دن کے بعد انہیں کھرل میں ڈال کر خوب کوٹیں، ورق چاندی ایک ایک کر کے اس میں ڈالیں اور حل کرتے جائیں یہاں تک کہ تمام اشیاء یکجان ہو جائیں اور کوئی الگ دکھائی نہ دے۔ اس دوا کو شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا تین ماشہ ایک تولہ شہد میں اچھی طرح حل کر کے سہ پہر کے وقت کھائیں۔ یہ جریان کے لئے نہایت اکسیر الاثر دوا ہے اور علاوہ ازیں دماغ کو قوت بخشتی ہے اور بینائی کو بڑھاتی ہے۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: اردخر پانچ تولہ۔ موصلی سفید تین تولہ۔ شقاقل مصری دو تولہ۔ شہد خالص دس تولہ۔

Scanned with CamScanner

نبات سفید تین تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد اور نبات کے علاوہ تمام اشیاء ہاون دستہ میں ڈال کر اچھی طرح کوٹ لیں اور ان کا سفوف بنالیں۔ یہ سفوف تین گنا شہد میں ڈال کر اچھی یکجان کریں اور کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا تین ہفتہ تک استعمال کریں ایک تولہ کی مقدار میں شام کے وقت نبات سفید ایک تولہ اور ایک پاؤ دودھ نیم گرم کے ہمراہ استعمال کریں۔ اس عرصہ میں جریان کا کلی خاتمہ ہو جاتا ہے اور مادہ منویہ کو فائدہ پہنچتا ہے۔

چوتھا نسخہ:

تیاری و طریقہ استعمال: شیشم کے پتے ایک مٹھی بھر لے کر رات بھر ایک پاؤ پانی میں تر رکھیں اور صبح اُٹھ کر اچھی طرح مسل کر چھان لیں۔ اس پانی میں دو تولہ شہد خالص ملا کر مریض کو پلائیں۔ جریان کے لئے حکمی دوا ہے اگر شہد کی حرارت کا خوف ہو تو برگ شیشم اس کی اصلاح کرتا ہے اگر برگ شیشم کے زیادہ سرد ہونے کا احتمال ہو تو شہد اس کی تعدیل کرتا ہے۔

جریان کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی، حلبہ مصفی، چنی ہر ایک ہم وزن۔

ترکیب ساخت و استعمال: تمام ادویہ کو پیس کر سفوف تیار کریں۔ پھر کھانے کے بعد آدھا چمچ چائے والا کھلائیں۔

مرض احتلام کیا ہوتا ہے؟

تندرست آدمی کو مہینہ میں ایک بار احتلام ہو جانا یا کوئی بھی لیس دار مادہ پیشاب کے ساتھ آنا قدرتی فعل ہے لیکن اس کی زیادتی ہونا ٹھیک نہیں ہے۔ عام طور پر کثرت مجامعت، جلق، اغلام بازی اور دیگر طریقوں سے بار بار اور کثرت کے ساتھ مادہ منویہ کو ضائع کرنے کی وجہ سے مادہ منویہ اور آلات تناسل ذکی الحس ہو جاتے ہیں، جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ معمولی

تحریک، خرابی ہضم، حالت خواب میں ادنیٰ اخیرش اخراج کا باعث بنتی ہیں۔ کثرت احتلام و جریان کے مریضوں کے لئے سب سے بڑا مقدم یہ ہے کہ اس قسم کے افعال سے توبہ و تائب ہو کر ہضم کی تندرستی اور بڑھی ہوئی حس کو مقامی ادویہ سے کم کرنا چاہئے۔ اس سے فارغ ہونے کے بعد مغلظ اور قوت بخش ادویہ کا استعمال کرنا چاہئے۔ ذکی الحس اور اس کی وجہ سے کثرت احتلام کے لئے طلاء ممسک کا استعمال کرانا نہایت مفید ہے کھانے کی ادویہ کے ساتھ ساتھ مالش وٹکور کی دوا بھی استعمال کرنا چاہئے۔

احتلام کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی، آب زمزم۔ کلونجی کا سفوف تیار کرلیں۔

ترکیب استعمال: سفوف کلونجی کو آب زمزم کے ساتھ استعمال کرائیں۔

احتلام اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شقاقل مصری 1/2 کلو۔ عرق گلاب 1/2 کلو۔ بید مشک 1/2 کلو۔ گائے کا دودھ 1/2 کلو۔ شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: شقاقل مصری نرم ہونا چاہئے اور اندر سے شفاف بھی۔ شقاقل مصری کو رات کے وقت دودھ میں ڈال کر رکھ دیں اس کے بعد اگلی صبح اسی برتن میں عرق گلاب اور بید مشک ڈال کر اچھی طرح کفگیر سے ہلائیں جب یہ اجزاء اچھی طرح مل جائیں تو اسے نرم آگ پر چڑھا دیں ایک جوش آنے پر اس میں شہد بھی ڈال دیں۔ اس دوران کفگیر لگا تار چلاتے رہیں، جب یہ گاڑھا سا قوام بن جائے تو اسے اتار کر سرد کریں اور مٹی کے چکنی برتن میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی مقدار خوراک ایک تولہ گائے کے دودھ کے ساتھ صبح کے وقت استعمال کریں اگر مرض میں شدت ہو تو شام کے وقت بھی استعمال کی جاسکتی ہے۔ اس دوران ترش اشیاء سے پرہیز کیجئے۔ چند ہفتوں میں جریان و احتلام کا خاتمہ کرتی ہے اور قوت مردی کا اصلی مقام پر لا کھڑا کرتی ہے۔

Scanned with CamScanner

سرعت انزال اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ ملٹھی عمدہ پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: ملٹھی کو شہد میں ملا کر اچھی طرح یکجان کر لیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی چھ ماشہ مقدار ہمراہ دودھ نیم گرم استعمال کریں اور چھ ماشہ کی مقدار میں عضو تناسل پر لیپ کریں۔ چند ہی دنوں میں مرض کا خاتمہ ہو جائے گا۔سرعت انزال یعنی عضو تناسل کی ذکاء الحسی میں کمی واقع ہوگی اور قوت باہ میں بھی اضافہ ہوگا۔

طلاء کیا ہوتا ہے؟

عضو تناسل میں غیر فطری انداز اختیار کرنے کے باعث خرابی واقع ہو جاتی ہے جس میں ٹیڑھا پن، استرخاء اور کجی نمایاں ہیں۔ جب انسان قدرت کے بیان کردہ طریقوں سے ہٹ جاتا ہے۔خصوصاً اغلام بازی سے تو عضو تناسل کی تمام رگیں مجروح ہو جاتی ہیں ایسے حالات میں اگر بندہ خدا تائب ہو کر علاج کی جانب توجہ دے تو اسے شفا ملتی ہے۔مگر یاد رہے کہ اگر وہ اپنی روش پر بضد رہا تو دنیا کی کوئی طاقت اس کا نظام تولید بحال نہیں کر سکتی ہے ذیل میں اطباء و حکماء کے چند طلاء پیش ہیں جن کی مدد سے مریض اپنی حالت سدھار سکتا ہے۔

طلاء نمبر 1:

ہوالشافی: شہد خالص۔

طریقہ استعمال: شہد اگر ویسے ہی عضو پر طلاء کیا جائے تو یہ اس کی پرورش کرتا ہے اور اس کی کمی وبیشی کو ہموار کر کے استرخاء کو دور کرتا ہے۔

طلاء نمبر 2:

ہوالشافی: بورہ ارمنی تین ماشہ۔ ہینگ خالص چھ ماشہ۔ شہد خالص تین تولہ۔

طریقہ تیاری: ہینگ کو باریک پیس لیں اور تمام اجزاء کو باہم ملا کر یکجان کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا عضو تناسل کی پیٹھ اور کمر کے مقام پر اچھی طرح مالش کریں اس کے علاوہ جڑوں میں بھی مالش کرنا چاہئے اس سے عضو میں نئی طاقت آ جاتی ہے اور قوت باہ کو ہیجان ہوتا ہے۔

طلاء نمبر 3:

ہوالشافی: سیماب مصفّٰی ایک تولہ۔ شہد خالص پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر اس قدر کھرل کریں کہ سیماب کے ذرات ناپید ہو جائیں اور شہد کی چمک ماند پڑ جائے۔

طریقہ استعمال: بطور طلاء عضو مخصوص پر اس کی مالش کریں اور اس کے بعد اوپر ورق تنبول باندھیں۔ بہت عمدہ مقوی باہ ہے اور عضو کی کج روی کو دور کرتا ہے۔

طلاء نمبر 4:

ہوالشافی: ہیرا ہینگ ایک تولہ۔شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں چیزوں جو کسی صاف ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں پہلے ہینگ کو باریک کریں کہ ملائم ہو جائے پھر شہد میں کئی گھنٹہ تک خوب ملائیں اس کے بعد ہاتھوں سے کھرل کریں۔

طریقہ استعمال: حشفہ اور سیون کو چھوڑ کر باقی سارے عضو پر تین ماشہ کی مقدار میں دوا لیپ کر دیں اور بنگلہ پان باندھیں چار گھنٹہ کے بعد کھول کر نیا لیپ کریں اور دوبارہ بنگلہ پان کا پتہ تازہ باندھ لیں۔ اس دوران سرد پانی سے مکمل طور پر عضو کو بچائیں۔ حکیم محمد ابراہیم کسرئی بیان کرتے ہیں کہ اگر اندرونی طور پر جسم میں کافی طاقت پیدا ہو چکی ہو تو اس طلاء کا ایک لیپ ہفتہ سے زیادہ برداشت نہیں ہو سکتا ہے لیکن اگر اندرونی طاقت جسم میں طاقت کا فقدان ہو تو اس کا کچھ اثر نہیں ہوتا ہے اگر تھوڑا بہت ہو بھی تو وہ عارضی ہوتا ہے۔

Scanned with CamScanner

طلاء نمبر 5:

ہوالشافی: شیر مدار خالص ایک تولہ- دیسی گھی ایک تولہ-شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: تینوں اشیاء کو لگا تار چار گھنٹہ تک خوب زوردار ہاتھوں سے کھرل کریں بس طلاء تیار ہے۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت عضو مخصوص کی پشت کو کسی کھردرے کپڑے سے خوب رگڑیں کہ عضو سرخ ہو جائے پھر یہ طلاء ایک ماشہ کی مقدار میں اس پر مالش کریں خیال رہے کہ مالش صرف عضو کی پشت پر ہی کی جائے سیون کو بچایا جائے اور پہلوؤں پر بھی ہلکی ہلکی مالش کرنا چاہئے۔ یہ دوا حشفہ، سیون اور فوطوں پر نہیں لگنے چاہئے ورنہ پھنسیاں نکل آئیں گی۔ دوران استعمال عضو کی پشت پر باریک باریک پتی پتی نکلے تو اسی دن طلاء کا استعمال ترک کر کے گرم کیا ہوا گھی لگائیں، ایک دو دن بعد پتی دب جائے تو پھر طلاء کا استعمال شروع کر دیں ایک ہفتہ تک استعمال کرنے سے بہت عمدہ نتائج برآمد ہوتے ہیں دوران استعمال عضو کو سرد پانی سے بچانا چاہئے اور طلاء کی مالش ہمیشہ رات کو سوتے وقت کرنا چاہئے عضو پر برگ پان باندھ لینا مزید عمدہ نتائج برآمد کرتا ہے۔

طلاء نمبر 6:

ہوالشافی: ہیرا ہینگ خالص چار ماشہ- سیماب مصفٰی دو ماشہ-شہد خالص ڈھائی تولہ۔

طریقہ تیاری: کسی عمدہ کھرل میں ہینگ ڈال کر کھرل کریں باریک ہونے پر اس میں سیماب شامل کر دیں اور پھر کھرل کریں اس کے بعد اس میں تھوڑا تھوڑا شہد ملاتے جائیں یہاں تک کہ تمام شہد ختم ہو جائے اس کے بعد اسے اتنا کھرل کریں کہ اس میں چمک باقی نہ رہے۔

طریقہ استعمال: روزانہ رات کو سوتے وقت دو ماشہ کی مقدار میں عضو مخصوص کی پشت پر لیپ کر کے اس کے اوپر برگ پان نیم گرم کر کے باندھ دیں۔ جریان اور احتلام کی صورت میں یہ لیپ استعمال نہ کریں۔ یہ ایک خاص قسم کا طلاء ہے جسے صرف عضو مخصوص کی پشت پر ہی لگایا جاتا ہے اس کی خاص تاثیر یہ ہے کہ عضو کی طرف دوران خون نہایت تیز

کر دیتا ہے۔ بعض اوقات پہلی ہی رات اس کے استعمال سے عضو میں خیزی اور تندی پیدا ہو جاتی ہے ورنہ تیسری رات کے بعد تو انتشار کی کوئی حد نہیں باقی رہتی۔ اس کے استعمال سے عضو پر آبلہ، پھنسی اور زخم بھی نہیں پڑتا۔ صرف ہلکی سی خراش نمودار ہوتی ہے اور خراش عضو کی جانب خون دوڑانے کے لئے نہایت ضروری ہوتی ہے۔ یہ طلاء عضو مخصوص کی تمام خرابیوں کا نہایت قابل اعتماد علاج ہے یہ رگوں اور پٹھوں کو لوہے کی طرح سخت بنا دیتا ہے استعمال کے بعد آپ خود اس کی شہادت دیں گے۔

طلاء نمبر 7:

ہوالشافی: سہاگہ شگفتہ تین ماشہ-شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: سہاگہ باریک پیس کر شہد میں ملا کر اچھی طرح یکجان کر دیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کو بطور طلاء استعمال کریں بہت ہی عمدہ اور لذت انگیز نسخہ ہے۔

متفرق جنسی امراض کا کلونجی سے علاج

خصیوں کے لئے:

ھوالشافی: کلونجی ایک چمچ، مرسوا چمچ۔ دونوں چیزیں ایک کپ میں ملالیں اور نصف کپ شہد خالص شامل کرلیں۔ مرۃ اور کلونجی سے خصیتین کے گرد دائرہ لگائیں، پیٹ کے نیچے والے حصہ پر بھی دائرہ لگائیں۔ شہد ملا ہوا دوا کلونجی اور مرۃ کو جس وقت جی چاہے پلائیں۔

سستی کا علاج:

ھوالشافی: روغن کلونجی، مالٹا۔ مالٹا کا رس نچوڑ لیں۔ ایک کپ مالٹا کا رس اس پر دس قطرے روغن کلونجی ڈال کر نوش جان فرمائیں۔

سستی اور بے دلی کے لئے:

ھوالشافی: یہ ایک ایسا مرض ہے کہ بدن پیلا یا سیاہ پڑ جاتا ہے۔ جسم میں سستی، طبیعت میں اکتاہٹ ہوتی ہے۔ اس کا علاج اس طرح ہے کہ کلونجی اور تخم کاسنی کا دونوں ہم وزن باریک پیس کر سفوف تیار کریں۔ تین گرام دودھ یا پانی سے استعمال کریں۔

فوائد: نیز یہ نسخہ خون کی کمی والے حضرت کے لئے بھی مفید ہے۔ جن کو پیشاب جل کر آتا ہو، ان کے لئے بھی فائدے مند ہے۔ ایسے مریض کے لئے بھی مفید ہے جس کو پیشاب رک کر آتا ہو۔ جگر کی کمزوری بھوک کی کمی کے لئے بھی لاجواب چیز ہے۔ ضعف جگر کی وجہ سے ہاتھ پاؤں کی جلن والے کے لئے بھی اچھی چیز ہے۔ ضعف جگر کی وجہ سے بخار اور لرزے کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔

ضعف تناسل کے لئے:

ھوالشافی: دیسی انڈے کی سفیدی، کلونجی ایک چمچ۔ کلونجی کو سفیدی بیضہ میں ملا کر اچھی طرح حل کر کے روزانہ صبح کو کھلائیں۔ ایک ماہ کا یہ کورس ہے۔

طلاء مقوی:

درج ذیل نسخہ بہترین طلاء کا کام کرتا ہے۔

ھوالشافی: روغن کلونجی ایک حصہ، روغن زیتون 9 حصے، مچھلی کا تیل 7 حصے۔

ترکیب استعمال: تینوں کو ملا کر رکھ لیں اور روزانہ رات کو عضو مخصوص پر طلاء کریں۔

کمزوری اور سستی کو دور کرتا ہے، عضو میں تازگی اور قوت پیدا کرتا ہے۔

بوڑھے افراد کی سرد مزاجی اور کمزوری کا علاج:

ھوالشافی: کلونجی 25 گرام، قرنفل کلاہ دار 50 گرام اور دارچینی 20 گرام۔

ترکیب تیاری: تینوں ادویہ کو خوب باریک کر کے محفوظ کرلیں اور زیرو نمبر کے کیپسول بھرلیں۔

مقدار خوراک: صبح ناشتہ کے بعد اور رات کھانا کھانے کے بعد ایک ایک کیپسول دودھ کے ہمراہ۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

زنانہ امراض اور شہد اور کلونجی

رحم کیا ہوتا ہے؟

عورتوں کے اعضائے تناسل میں رحم اور خصیۃ الرحم کو بڑی اہمیت حاصل ہے کیونکہ یہ دونوں عورت کے وجود کے اصل مقصد (جو تولید وقیام جنس سے تعلق رکھتا ہے) کے سب سے بڑے خدمت گار ہیں۔ رحم خصیۃ الرحم کے بھیجے ہوئے اہم اجزاء کو قبول کر لیتا ہے اس کے بعد وہ ان کو فطرت کی ودیعت کی ہوئی استعداد سے پرورش کر کے بالآخر ایک معینہ مدت میں ایک جان دار اور متحرک وجود کی صورت میں ہمارے سامنے پیش کر دیتا ہے۔ عورتوں کے اعضائے مخصوصہ میں رحم ہی سب سے اہم عضو ہے۔ بقائے نسل کی ذمہ داریوں کا بڑا حصہ اسی سے متعلق ہے، اسی میں نطفہ قرار پاتا ہے اور پھر جنین کی شکل اختیار کر کے مقررہ وقت پر عالم وجود میں آ جاتا ہے۔ بقائے نسل کی ذمہ داریوں کے علاوہ عورت کی صحت بھی بہت اس عضو کی صحت سے متعلق ہے۔ اس عضو سے ہر مہینے خون کی ایک مقررہ مقدار مقررہ وقت پر خارج ہوتی ہے جس کو عرف عام میں ''حیض'' کہا جاتا ہے۔

تندرست اور نوجوان عورت میں اس عضو کی شکل کشمیری ناشپاتی کی طرح مثلث مخروطی ہوتی ہے۔ بعض عورتوں میں اس کا مخروطی حصہ کم نمایاں ہوتا ہے اس وجہ وہ تقریباً گول نارنگی کی طرح معلوم ہوتا ہے لیکن بچپن میں تو اس کی شکل بہر حال گول ہی ہوتی ہے۔ ادھیڑ عمر خواتین میں اس کی شکل لمبی کدو دراز ہو جاتی ہے اور اس کا منہ اور لب تقریباً معدوم ہو جاتے ہیں۔ اس کی شکل میں نمایاں فرق جس حالت میں پڑتا ہے وہ حالت حمل ہوتی ہے۔ اس وقت وہ کافی مقدار میں بڑھ کر خربوزے کی طرح لمبا اور گول ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ ایام حیض میں بھی رحم کی جسامت معمول سے بڑھ جاتی ہے۔

جنینی حالت میں رحم کا جسم برائے نام ہی ہوتا ہے لیکن اس کی ساخت میں وہ تمام اجزاء پائے جاتے ہیں جو ابتدائے عمر اور نوجوانی میں پائے جاتے ہیں۔ بچپن میں رحم کے جسم کی

افزائش دیگر اعضاء کی نسبت ذرا سست ہوتی ہے لیکن سن بلوغت میں اس کی جسامت بہت تیزی بڑھ جاتی ہے صحت کی حالت میں نوجوان عورت کے رحم کی لمبائی تقریباً تین انچ اور چوڑائی دو انچ اور دبازت ایک انچ ہوتی ہے اور اس کا وزن تین تولے تک ہوتا ہے۔ رحم کی وضع قیام میں مثانہ اور معاء مستقیم کے کالی اور بھرا ہونے سے بھی خاصا اثر پڑتا ہے اگر مثانہ خالی ہے اور آنت بھری ہو تو رحم معمول سے کچھ آگے کی جانب کھسک جاتا ہے، اسی طرح اگر آنت خالی ہو اور مثانہ بھرا ہوا ہو تو رحم عقبی جانب کھسک جاتا ہے۔ اگر کسی وقت دونوں اعضاء ہی مملو ہوں تو رحم قدرے بالائی جانب اُٹھ جاتا ہے جہاں قدرت نے پہلے ہی اس کے لئے انتظام کر رکھا ہے اور دونوں اعضاء کے خالی ہونے کی صورت میں کم وبیش یہ اپنی جگہ پر ہی رہتا ہے یا پھر کچھ نیچے کی جانب مائل رہتا ہے۔

خصیہ رحم کیا ہوتا ہے؟

یہ دو چھوٹی چھوٹی بادامی رنگ کی گلٹیاں ہیں جن کا طول جوانی کی عمر میں پہنچ کر ایک انچ سے ڈیڑھ انچ اور عرض تقریباً پون انچ اور دبازت تہائی انچ سے نصف انچ تک ہوتی ہے اور ان کا وزن آٹھ ماشے ہوتا ہے۔ ہر خصیہ کے رباط عریض کے پچھلے حصے میں اندر کی طرف اور قاذف کے بیرونی سرے کے پیچھے اور قدرے نیچے واقع ہے اور اندرونی جانب ایک ڈیڑھ انچ لمبے رباط کے ذریعے رحم سے بندھا رہتا ہے اور بیرونی جانب سے ایک چھوٹی سی ڈوری کے ذریعے قاذف کے جھالر دار جزو سے ملتا ہے۔ اسکا اگلا کنارہ رباط عریض کی اگلی چنٹ کی پچھلی سطح سے اتصال رکھتا ہے اور پچھلا محدب کنارہ اور بالائی سطح آزاد ہوتی ہے۔ جوانی میں خصیۃ الرحم جوف عانہ صادق کے اندر اور رحم کے دائیں بائیں اس طرح قیام پذیر ہوتے ہیں کہ بایاں خصیہ چھوٹی آنتوں کے پیچھے رہتا ہے اور بایاں خصیہ معاء مستقیم کے سامنے رہتا ہے لیکن یہ وضع قیام ہمیشہ ایک جیسی نہیں رہتی ہے۔ حمل کے دنوں میں رحم کی جسامت کی بڑھوتری کے ساتھ یہ اطراف کی جانب سرک جاتے ہیں اور حمل کے آخری ایام میں جب رحم جوف عانہ صادق سے نکل کر اوپر جوف شکم میں اپنے لئے مستعار جگہ حاصل کرتا ہے اس وقت یہ بھی اوپر پہنچ جاتے ہیں۔ دونوں خصیوں کا فعل یہ ہے کہ یہ عورت کی رطوبت بیضہ اور اس کے خاص جوہر

Scanned with CamScanner

مولدہ (جس کو بیضۃ النساء کہا جاتا ہے) کو پیدا کرتے ہیں، یہ رطوبت بیضہ النساء حویصلات بیضہ میں محفوظ ہوتی ہے۔ یہ حویصلہ پختہ ہوجانے پر پھٹ جاتا ہے اور رطوبت و بیضہ قاذف نالیوں کے ذریعے رحم میں پہنچ جاتے ہیں۔

پستان کیا ہوتا ہے؟

یہ نسوانیت کے اہم حصے ہیں جن کی بدولت اولاد کو جہاں غذا فراہم کی جاتی وہیں مرد کو بھی اس کی کشش قریب کر دیتی ہے۔ جدید میڈیکل سائنس انہیں غدودی ابھار قرار دیتی ہے جو کہ آدھے آدھے کرّوں کی طرح سینے کے دائیں بائیں جانب موجود ہوتے ہیں اگرچہ پستانوں کی موجودگی صرف عورتوں ہی کے لئے خاص نہیں بلکہ مردوں میں بھی ان کا وجود پایا جاتا ہے لیکن خواتین میں پرورش اولاد جیسے اہم مقصد کے لئے پستانوں میں جن تغیرات اور امتیازات کی ضرورت ہوتی ہے، مرد ان سے محروم ہیں۔ پستان اگرچہ براہ راست اعضائے تناسل کی صف میں شامل نہیں ہیں مگر اعضاء کے تغیرات، جوانی میں، بچپن کی عمر سے سن بلوغت تک اور پھر سن بلوغ سے شادی ہونے تک، اور شادی کے بعد استقرار حمل تک اور پھر وضع حمل اور اس کے بعد ایام رضاعت تک اور دودھ چھڑانے تک مزید برآں سن یاس تک واقع ہوتے رہتے ہیں ان سب تغیرات کا اثر بالواسطہ پستانوں پر پڑتا ہے اسی لئے ان کو اعضائے تناسل کا اضافی جزو کہا جاتا ہے۔ شہد امراض زنانہ کے لئے نہایت مقوی و مجرب غذا اور دوا ہے۔ اس کا حمول امراض رحم کے لئے مفید ہے اس کے کھانے سے دودھ، پیشاب اور حیض خوب جاری ہوتے ہیں۔ یہ رحم کو تمام فاسدہ مواد اور میل کچیل سے صاف کرتا ہے۔

سیلان الرحم کیا ہوتا ہے؟

کثرت مجامعت رحم کی تکالیف کا سب سے بڑا سبب ہے، جس سے مختلف عوارض پیدا ہوجاتے ہیں۔ سیلان الرحم کا مرض رحم کی جھلی کے ورم یا کثرت رطوبات رحم کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔ یہ اس قدر موذی شکایت ہے کہ عورت کی تمام تر قوتوں کو بہت قلیل عرصہ میں فنا کر کے اسے طرح طرح کے امراض کا منبع بنا دیتا ہے۔ سیلان الرحم کے علاج میں اصلاح ہضم اور رحم کی صفائی کا خاص طور پر خیال رکھا جاتا ہے۔ اگر اس مرض کا فوری تدارک نہ کیا جائے تو

کمر اور پنڈلیوں میں درد شروع ہوجاتا ہے اور چکر آتے ہیں، بھوک کا خاتمہ ہوجاتا ہے اور ہر وقت قبض کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے، اس کے بعد ایام خاص میں بے قاعدگی شروع ہوجاتی ہے۔ کبھی کبھار تو ایک ماہ میں دو تین بار حیض جاری ہوجاتا ہے اور کبھی کبھار حیض بالکل بند ہوجاتا ہے جو کہ بعد میں بانجھ پن کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ اسقاط الرحم کی شکایت عموماً کثرت رطوبات، رحم کے ضعف یا کسی خراش کی وجہ سے رونما ہوتی ہے۔ حالت حمل میں تقویت رحم کی ادویہ استعمال کرنے سے اِس مرض میں افاقہ ہوتا ہے۔ ایام حمل سے فرغت کے زمانے میں ان ادویہ کے باقاعدہ استعمال سے اصل سبب کا خاتمہ ہوجاتا ہے۔ اسقاط کی ایک وجہ لیکوریا یعنی سفید رطوبت کا مسلسل بہنا بھی ہوتا ہے۔ اس مرض میں نطفہ زیادہ دیر تک رحم میں نہیں ٹھہرتا اور کسی نہ کسی بہانے سے پیشاب کے ساتھ خارج ہوجاتا ہے۔ ایام حمل میں شدید قبض بھی اس کا باعث بنتی ہے۔

سیلان الرحم، کمر کا درد اور رحم کی کمزوری کے لئے نسخہ کلونجی:

ایسا سیلان الرحم جس میں بہت غلیظ مواد کا اخراج ہو رہا ہو اور کبھی لوتھڑوں کی مانند مواد کا اخراج ہو رہا ہو۔

ہوالشافی: کلونجی 30 گرام، سنگراحت 50 گرام، فلفل دراز 25 گرام، مغز تخم، مغز بندی 100 گرام، کمرکس 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو باریک پیس لیں اور محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: صبح اور شام نہار منہ 5,5 گرام کی مقدار دودھ کے ہمراہ کھلائی جاتی ہے۔

مرض سیلان الرحم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: گل بابونہ ایک تولہ۔ عنب الثعلب خشک ایک تولہ۔ مرزنجوش ایک تولہ۔ قیصوم ایک تولہ۔ پانی دو سیر۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کسی بڑے برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر چڑھا دیں اور پکنے دیں جب یہ پانی تین پاؤ رہ جائے تو اسے چھان کر کسی صاف برتن میں ڈال دیں۔

طریقہ استعمال: اس پانی سے مریضہ کے رحم میں پچکاری کرائیں، اس دوا کا لگاتار استعمال

Scanned with CamScanner

جاری رکھیں ایک ماہ میں مرض بالکل جڑ سے اکھڑ جائے گا۔

اسقاط الرحم کی تشریح:

عورت کے لئے یہ سب سے تکلیف دہ بیماری ہے، نئی نویلی دلہنوں کو اگر اس مرض کا سامنا ہو تو ان کی زندگی اجیرن ہو جاتی ہے۔ ساس اور رشتہ دار خواتین طرح طرح کی باتوں سے ناک میں دم کر دیتی ہیں۔ مجامعت کے بعد جنین کا ٹھہراؤ اور پھر ضیاع جہاں عورت کی تمنا کو قتل کر دیتا ہے وہیں اس کے جسم کو دیگر عوارض کی آماجگاہ بنا دیتا ہے۔ یہ شکایت عموماً کثرت رطوبات، رحم کے ضعف یا کسی خراش کی وجہ سے رونما ہوتی ہے۔ حالت حمل میں تقویت رحم کی ادویہ استعمال کرنے سے اس مرض میں کسی قدر افاقہ ہوتا ہے۔ ایام حمل سے فراغت کے بعد ان ادویہ کے باقاعدہ استعمال سے اصل سبب کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ اطباء کا کہنا ہے کہ اسقاط حمل کی ایک وجہ ''لیکوریا یعنی سفید رطوبت'' کا مسلسل بہنا بھی ہوتا ہے۔ اس مرض کی صورت میں نطفہ زیادہ دیر تک رحم میں نہیں ٹھہرتا اور کسی نہ کسی بہانے سے پیشاب کے ساتھ خارج ہو جاتا ہے۔ ایام حمل میں شدید قبض بھی اسقاط کا باعث بنتی ہے۔

اسقاط حمل کے لئے:

ہوالشافی: (بچہ کی سلامتی کے لئے) ایک چمچہ کلونجی آ کل تخم بادیان کے ساتھ ابال کر شہد سے میٹھا کر کے دن میں **5** بار **40** دن تک پئیں۔

استحاضہ الرحم کیا ہوتا ہے؟

رحم کی کمزوری اور اس کی خراش کے سبب لاحق ہوتا ہے اس کی ایک وجہ خون کی رقت بھی بیان کی جاتی ہے حکماء کہتے ہیں جب اس کا اصل محرک نہ معلوم ہو مریضہ پر ادویہ کا تجربہ نہیں کرنا چاہئے۔ اس مرض میں خون کا سیلان مسلسل جاری رہتا ہے کبھی کبھار اس میں دو تین دن کی کمی بیشی ظہور ہوتی ہے لیکن یہ سلسلہ بدستور جاری رہتا ہے۔ مریضہ کو دس سے بیس دن تک لگاتار یا ایک آدھ دن کے وقفے سے خون آتا ہے جس پر اسے بار بار لباس تبدیل کرنے کی نوبت رہتی ہے۔ وضع حمل کے صدمے کی وجہ سے بعض افواہ عروق کمزور ہو جاتی ہیں جو کہ جریان خون کا باعث

بنتی ہیں۔ اکثر رحم کے عروق کے منہ کھل جاتے ہیں جس کی وجہ سے یہ عارضہ لاحق ہو جاتا ہے۔

شہد، استحاضہ الرحم کے لئے:

ہوالشافی: صابن عمدہ چھ ماشہ۔ نمک لاہوری ایک تولہ۔ روغن بید انجیر تین تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: صابن اور نمک کو پانی میں اچھی طرح حل کر کے اس میں شہد اور روغن بید انجیر شامل کریں۔

طریقہ استعمال: اس پانی سے رحم کا حقنہ کرائیں۔ یہ علاج کچھ ہفتوں تک جاری رکھیں۔ اس دوران شہد کا ایک چمچہ نیم گرم پانی کے ساتھ پی لیا کریں۔ بفضلہ بہت جلد ہی مرض رفع ہو جائے گا اور حیض مقررہ وقت پر ہی مقررہ مقدار میں ہونگے۔

استحاضہ الرحم یا کثرت حیض کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی **50** گرام جلا کر کوئلہ کر لیں اور اس میں مندرجہ ذیل ادویہ ملا لیں۔ طباشیر، گل سرخ، کمرکس، مازو، نشاستہ۔ ہر ایک **20,20** گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: **3,3** گرام صبح شام شربت انجبار کے ہمراہ۔

نوٹ: اگر خون بہت ہی زیادہ کثرت سے آ رہا ہو تو پر اسی دوا میں کشتہ یا قوت فی خوراک ایک رتی شامل کر لیں اور دوا ہر **3,3** گھنٹے بعد دہرائیں۔

مرض استحاضہ کے لئے نسخہ کلونجی:

حیض کے دنوں کے علاوہ آنے والے خون کو استحاضہ کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ اس کے لئے درج ذیل نسخہ مفید ہے۔

ہوالشافی: تخم کلونجی **40** گرام، سنگھاڑا خشک، گوند کیترا، گوند کیکر اور نشاستہ، تمام اشیاء **25,25** گرام۔

ترکیب تیاری: کلونجی **40** گرام کو توے پر جلا کر کوئلہ بنا لیں پھر مندرجہ بالا ادویہ کو باہم ملا کر تمام ادویہ کھرل میں پیس لیں یا مشین میں گرائنڈر کر لیں۔ باریک سفوف بنا کر کسی

Scanned with CamScanner

صاف شیشی میں محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: مریضہ کو 5 گرام سفوف ہمراہ شربت نیلوفر یا شربت انجبار 2 تولہ کی مقدار میں دن میں دو وقت یعنی صبح وشام استعمال کرائیں، بہت جلد فائدہ حاصل ہوگا۔

ثبور الرحم کیا ہوتا ہے؟

شوہر کی آتشک یا سوزاک کے باعث رحم کی طرف کسی خراش پیدا کرنے والی رطوبت کے آنے سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔ اس سے شرمگاہ میں خارش ہوتی رہتی ہے، قبض رہتا ہے، آنکھوں میں جلن محسوس ہوتی ہے، پیشاب تکلیف اور سوزش سے بار بار آتا ہے، پیڑو اور کمر میں اکثر درد رہتا ہے، ایام کھل کر نہیں ہو پاتے، اندام نہانی کے اندرونی جانب دانے یا پھنسیاں نکل آتی ہیں۔

ثبور الرحم اور شہد سے علاج:

ہو الشافی: (1) اطریفل شاہترہ ایک تولہ- شیرہ عناب پانچ دانہ- شیرہ کاسنی تین ماشہ- شربت عناب دو تولہ- شہد کا پانی (ماء العسل) بارہ تولہ۔

(2) برگ نیب دو تولہ- کمیلہ ایک تولہ- عرق گلاب ایک تولہ۔

طریقہ استعمال: دوا نمبر ایک تمام باہم ملا کر صبح وشام ایک تولہ کی مقدار میں استعمال کریں۔ جبکہ اجزاء نمبر دو کو کسی برتن میں ڈال کر جوش دے کر اس کی پکاری بذریعہ قابلہ کرائی جائے۔

حیض کا تنگی سے آنا اور کلونجی سے علاج:

ہوالشافی: کلونجی 50 گرام، تخم کرفس 25 گرام، پرانا گڑ 75 گرام، کپاس کے ڈوڈے 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تینوں کو کوٹ کر رکھ لیں۔

مقدار خوراک: صبح شام 2,2 چمچ ایک گلاس میں دو جوش دے کر پلا دیا جائے۔

نوٹ: یہ عمل حیض شروع ہوتے ہی یا شروع ہونے سے دو روز قبل۔

حیض کھول کر لاتا ہے طبیعت کو ہشاش بشاش رکھتا ہے

حیض کے دوران ہونے والی درد کو رفع کرتا ہے۔

قروح الرحم کیا ہوتا ہے؟

اگر ثبور الرحم کا علاج بروقت نہ کرایا جائے تو وہ بگڑ کر قروح کی شکل اختیار کرلیتے ہیں، اندام نہانی کے دانے یا پھنسیاں پھٹ کر زخم بن جاتے ہیں جو کہ نہایت تکلیف دہ اور دیر طلب علاج ہوتے ہیں۔ اس مرض میں زیر ناف مستقل درد رہتا ہے، ماہواری کے دنوں میں یہ تکلیف ناقابل برداشت ہوجاتی ہے، اخراج رک رک کر کم مقدار میں ہوتا ہے، رحم سے خون آمیز زرد رنگ کی رطوبت خارج ہوتی ہے، پیشاب میں جلن ہوتی ہے، اکثر تکلیف کے ناقابل برداشت ہونے پر غشی یا دورے پڑنے لگتے ہیں جس میں ہاتھ پاؤں بالکل اینٹھ جاتے ہیں، آنکھوں میں جلن و درد رہتا ہے، خفیف سی حرارت بھی رہنے لگتی ہے، قوت ہاضمہ بری طرح سے متاثر ہوتی ہے، چلنے پھرنے اور کام کرنے کے دوران سر میں چکر آتے ہیں اور درد محسوس ہوتی ہے۔

قروح الرحم اور شہد سے علاج:

ہو الشافی: (1) شاہترہ سات ماشہ- چرائتہ سات ماشہ- سرپھوکہ سات ماشہ- منڈی سات ماشہ- عرق عناب 1/2 تولہ- ریشہ خطمی سات ماشہ- گل سرخ پانچ ماشہ- تخم کاسنی سات ماشہ- شہد خالص دو تولہ۔

(2) کمیلہ ایک تولہ- برگ نیب دو تولہ- نیلا تھوتھا چار رتی۔

(3) مرہم سفیدہ کاشغری ایک تولہ- آب کاسنی سبز ایک تولہ- سفیدی بیضہ مرغ ایک عدد- شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ استعمال: اجزاء نمبر ایک میں سے شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو رات کے وقت گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں صبح اٹھ کر انہیں اچھی طرح مسل کر چھان لیں اس پانی میں دو تولہ شہد یا شربت عناب ملا کر آہستہ آہستہ پئیں۔ اجزاء نمبر ۲ میں سے نیلا تھوتھا کے علاوہ سب اجزاء کو پانی میں جوش دے کر چھان دیں۔ اس پانی میں نیلا تھوتھا اچھی طرح حل کر کے اس سے رحم میں پچکاری کرائیں۔ اجزاء نمبر ۳ کو باہم ملا کر قابلہ سے استعمال کریں۔

Scanned with CamScanner

قروح الرحم کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

کسی وجہ سے اگر رحم کے اندر زخم ہو جائیں تو درج ذیل ترکیب سے علاج کرنے سے شفاء حاصل ہو جاتی ہے۔ بفضلہ تعالیٰ چند روز میں مریضہ چاق وچوبند ہو کر روزمرہ کے معمولات بہ احسن وخوبی سرانجام دینے لگتی ہے۔ سب سے پہلے یہ عمل کریں۔

ھوالشافی: شہد **100** گرام، مکودانہ کا جوشاندہ ایک گلاس دونوں کو ملا کر پہلے کسی قابل دایہ سے ڈوش کرالیا جائے۔ اس کے بعد مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کرایا جائے۔

ھوالشافی: کلونجی **200** گرام کو کڑاہی میں ڈال کر چولہے پر رکھ کر آگ جلائی جائے جب تمام دانے جل کر سیاہ کوئلہ ہو جائیں تو نیچے اتار کر پیس کر روغن زیتون میں ملا کر نرم سی مرہم تیاری کرلیں۔

ترکیب استعمال: صاف کپڑے اور روئی کی بتی بنا کر اسے اس مرہم سے لتھیڑ کر رحم میں رکھوایا جائے دن میں کم از کم دو بار یہ عمل کیا جائے۔ انشاء اللہ بہت جلد رحم کے زخم مندمل ہو جاتے ہیں۔

نوٹ: اگر اس دوران رات کو مرہم کافور کی بتی اندر رکھوائی جائے تو پھر جلد صحت ہو جاتی ہے۔

ورم الرحم کیا ہوتا ہے؟

کثرت مجامعت، ولادت کی خرابیاں، ایام ماہواری کی بے قاعدگی، زیرناف چوٹ لگنے سے، کمسنی میں شادی وغیرہ سے یہ تکلیف لاحق ہو جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے بعد میں کئی اور عوارض کا حملہ ہوتا ہے اور مریضہ کی تندرستی پر نہایت مہلک اثر پڑتا ہے۔ ایک عام اندازے کے مطابق پاکستان میں **75%** جوان خواتین اس مرض کا شکار ہیں۔ شرم وحیا کے باعث وہ اپنا مرض کسی کو بیان نہیں کرتی ہیں جو کہ بعد میں سنگین صورت حال سے انہیں دوچار کرتا ہے۔

ورم الرحم اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: (1) گل بنفشہ سات ماشہ۔ مویز منقیٰ نو عدد۔ بیخ کاسنی سات ماشہ۔ بادیان سات ماشہ۔ عنب الثعلب خشک سات ماشہ۔ خاکسی سات ماشہ۔ خمیرہ بنفشہ چار تولہ۔ آب مکو

نباچار تولہ۔ شہد خالص چار تولہ۔

طریقہ استعمال: تمام خشک اجزاء خاکسی کے علاوہ رات کو کسی برتن میں ڈال کر گرم پانی میں بھگو دیں، صبح اُٹھ کر انہیں اچھی طرح مسل کر پانی چھان لیں اور اس میں آب مکو ڈال کر اچھی طرح حل کریں، اس کے بعد اس پانی میں شہد، خمیرہ بنفشہ شامل کر کے ایک بار پھر اچھی طرح پھینٹ لیں اور خاکسی چھڑک کر اس پانی کو پی جائیں۔

ھوالشافی: (2) گل بابونہ ایک تولہ۔ عنب الثعلب خشک ایک تولہ۔ قیصوم ایک تولہ۔ مرزنجوش ایک تولہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ استعمال: تمام اجزاء کو دو سیر پانی میں ڈال کر جوش دیں یہاں تک کہ پانی تین پاؤ رہ جائے تو اس میں شہد شامل کر کے رحم میں پچکاری کرائیں۔

ورم الرحم اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: ریوند خطائی دو تولہ۔ شہد خالص چار تولہ۔

تیاری وطریقہ استعمال: ریوند خطائی بہت باریک پارچہ بیز کر کے اسے گائے گھی میں تر کر لیں ایک گھنٹہ کے بعد اس کا فتیلہ بنا کر اسے شہد میں اچھی طرح تر کر کے رحم میں حمول کریں۔ اس سے رحم کے اکثر امراض خصوصاً ورم، زخم یا مواد فاسدہ کے اجتماع کا عارضہ دور ہو جاتا ہے۔ اس سے رحم صاف ہو جاتا ہے اور زخم اچھے ہو کر جلد ہی بھر جاتے ہیں، خون حیض کے کھلنے میں مدد ملتی ہے اور درد سے تسکین حاصل ہوتی ہے۔

اختناق الرحم (ہسٹیریا) کیا ہوتا ہے؟

جسمانی نشوونما کا قدرتی عمل ہے۔ بچے جب بڑے ہوتے ہیں اور ان کے رنگ ڈھنگ بدل جاتے ہیں۔ آواز، لب ولہجہ، انداز واطوار، قامت، جسامت وغیرہ ایک نئی شکل میں ڈھل جاتے ہیں۔ سن بلوغ میں قدم رکھتے ہی یہ سلسلے یکے بعد دیگرے اپنے عوامل کا آغاز کر دیتے ہیں۔ لڑکیوں کے یہ زمانہ بہت عجیب اور کڑا ہوتا ہے۔ جہاں ان کے جسمانی ہیئت میں واضح تبدیلی رونما ہوتی ہے وہیں حیض، نسوانی شباب اور رحم کی تبدیلیوں سے ان کی حالت

Scanned with CamScanner

زیادہ تشویش ناک ہو جاتی ہے۔ سب لڑکیاں چونکہ ایک سی نہیں ہوتیں، ان میں کچھ لڑکیاں ان رونما ہونے والی تبدیلیوں سے بہت جلد ہی آشنا ہو جاتی ہیں اور انہیں ثانوی حیثیت دیتے ہوئے قدرتی عمل کے طور پر لیتی ہیں مگر کچھ لڑکیاں ایسی بھی ہوتی ہیں جو کہ حالات سے سمجھوتا کرنے میں مشکل محسوس کرتی ہیں۔ یہ تو ایک نفسیاتی معاملہ ہے، ایسی لڑکیوں کو اگر متوازن خوراک میسر ہو اور ان کی صحت بھی عمدہ ہو تو بہت جلد ہی وہ اختناق الرحم یعنی ہسٹیریا کی بیماری کا شکار ہو جاتی ہیں چونکہ ایسی لڑکیاں ہر وقت اپنے جنسی اعضاء میں ہونے والی تبدیلیوں پر کڑی نگاہ رکھتی ہیں اور انہی کے بارے میں زیادہ سوچتی ہیں، اس لئے ان میں اعضاء کی نشوونما کا عمل زیادہ تیز ہو جاتا ہے۔ اسی طرح ایسی لڑکیاں جنہیں وقت سے پہلے ہی جنسی معاملات سے آگاہی ہو جائے اور وہ جنسی عمل کی خواہش خود میں پائیں اور اخلاقی و مذہبی و معاشرتی شرم وحیا کے باعث اپنے اس جنسی ہیجان کو دبانے کی سعی کریں، وہ اس بیماری کا شکار ہو جاتی ہے۔

بڑے افسوس سے یہ کہنا پڑتا ہے کہ ہمارے معاشرے میں اس بیماری کو کسی دوسرے رنگ میں ہی ڈھال کر پیش کیا جاتا ہے جو کہ نہ صرف مکروہ اور نفرت آمیز ہے بلکہ اخلاقی و مذہبی تقاضوں سے بھی دور ہے۔ ہسٹیریا عرف عام میں بھوت پریت اور سایہ کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ یہ مشہور بین الاقوامی مرض ہے جو کہ پاک و ہند کی خواتین کو بھی لاحق ہوتا ہے اور یورپ و امریکہ کی خواتین کو بھی۔ عرب و مصر اور افریقہ آسٹریلیا کی خواتین بھی اس مرض کی زد میں آتی ہیں۔ سوائے ہمارے پاک و ہند کے معاشرے کے، کہیں دوسرے ملک میں اسے بھوت، پریت یا سایہ سے تعبیر نہیں کیا جاتا۔ اُن ممالک ڈاکٹر حضرات باقاعدہ معائنہ کرنے کے بعد اس کا علاج تجویز کرتے ہیں۔ اگر یہ کہا جائے کہ یورپ و امریکہ کی بے راہ روی اور بے حیائی کے باعث وہاں اس مرض کی اقلیتی شکل دیکھنے کو ملتی ہے تو یہ بالکل صداقت پر مبنی ہے۔ اس مرض کی جڑ جنسی ہیجان کا دباؤ، بڑھتے ہوئے جنسی تقاضے اور جنسی نشوونما کی رفتار میں شدت آمیز اضافہ ہے، چونکہ یورپ و امریکہ میں جنسی آزادی عام ہے لہٰذا وہاں کی کثیر التعداد خواتین اس مرض کا شکار نہیں ہو پاتیں۔

والدین اپنی بچی کی جنسی ضرورت کی جانب متوجہ نہیں ہوتے بلکہ جہلاء کے کہنے پر مرض کو بھوت پریت کے سایہ سے تعبیر کرتے ہیں اور تعویذ گنڈوں کے چکر میں پڑ جاتے ہیں، ممکن

ہے کہ یہاں تک کوئی خرابی نہ ہو مگر جاہل اور نام نہاد پیر اپنی متشددانہ تسکین کے لئے مریضہ پر اس قدر تشدد کرتے ہیں کہ کئی ایک لڑکیاں جان سے ہی ہاتھ دھو بیٹھتی ہیں۔ کئی عیاش فطرت پیر و عامل اس وجہ مرض کو جانتے ہوئے ان کی معصومیت و پاکیزگی سے اپنی ہوس بجھاتے ہیں اور ان کی عصمت کا تار تار کر دیتے ہیں۔ والدین کے لئے وہ مقام مرمٹنے کا ہوتا ہے جب انہیں اپنی غلطی کا احساس ہوتا ہے مگر وقت ان کے ہاتھوں سے پھسل چکا ہوتا ہے۔

اس لئے یاد رکھنا چاہئے کہ در حقیقت یہ ایک مرض ہے جو کہ نوجوان خواتین میں عموماً رحمی شکایات وغیرہ سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کا اصل سبب ڈھونڈ کر مناسب علاج کرنا چاہئے۔ اگر مریضہ کنواری ہو تو اس کی فوری شادی کر دینا بہتر علاج ہوتا ہے۔ اس مرض میں ایک آدھ دن حیض میں سیاہ رنگ کا خون برآمد ہوتا ہے اور پھر بند ہو جاتا ہے۔ اس کے بعد چند ہفتے بعد یا فوراً ہی دورے پڑنے لگتے ہیں۔ مریضہ بے محل گفتگو کرتی ہے۔ کبھی کبھی بخار بھی ہو جاتا ہے۔ سر اور کمر میں اکثر درد رہتا ہے۔ پٹھے کھنچے محسوس ہوتے ہیں اکثر ایسا لگتا ہے کہ جیسے کندھوں پر کوئی چڑھ گیا ہے اور گردن دبا رہا ہے۔ اس دوران سفید رطوبت بکثرت خارج ہوتی ہے۔ مریضہ کے جسم پر تشنجی کیفیت طاری رہتی ہے۔ مرض کی شدید حملے کے باعث مریضہ کے ہاتھ پاؤں اکثر مڑ جاتے ہیں۔ یہ سب اختناق الرحم یعنی ہسٹیریا کی نشانیاں ہیں۔

اختناق الرحم کے لئے:

ہوالشافی: گل بنفشہ سات ماشہ۔ مویز منقی نو دانہ۔ بیخ کاسنی سات ماشہ۔ بادیان سات ماشہ۔ پرسیاشاں پانچ ماشہ۔ حب قرطم سات ماشہ۔ تخم خیارین سات ماشہ۔ عنب الثعلب خشک پانچ ماشہ۔ عود صلیب نیم کوفتہ تین ماشہ۔ شہد خالص دس تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو رات کے وقت گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں صبح اُٹھ کر انہیں اچھی طرح مسل کر ان کا عرق نکال لیں، اب اس پانی کو ململ کے کپڑے سے چھان کر صاف کر لیں اور اس میں چار تولہ شہد یا شربت دینار ملا کر مریضہ کو پلائیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا دن میں دو مرتبہ اور مرض کی شدت میں تین مرتبہ استعمال کرائیں بفضلہ جلد ہی شفا حاصل ہو جائے گی۔

Scanned with CamScanner

دردِ حیض کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 6 گرام، اجوائن دیسی 5 گرام، تخم خربوزہ 7 گرام، کپاس کے گوگڑے 9 گرام، سونف 5 گرام، تخم شبت 6 گرام، پرانا گڑ 10 گرام۔ یہ ایک خوراک کا وزن ہے۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو موٹا موٹا کوٹ کر ایک گلاس پانی میں دو تین جوش دے کر چھان کر پلا دیا جاتا ہے۔ اعلیٰ نتائج کا حامل نسخہ ہے۔

بانجھ پن کیا ہوتا ہے؟

اس مرض میں اکثر خواتین کے رحم یا نصیبۃ الرحم کے افعال میں نقص پیدا ہوجاتا ہے اس لئے انعقاد حمل نہیں ہوتا ہے۔ شہد رحم اور اس کے ملحقات کو مادہ ردیہ سے صاف کرتا ہے، حیض کو جاری کرتا ہے اور اقلیم تولید پر مقوی اثر ڈالتا ہے اس سے رحم کی اصلاح ہوجاتی ہے اور وہ انعقاد نطفہ کے قابل ہوجاتا ہے۔ شہد کو بطور خوردنی اور بطور حمول استعمال کرنے سے مذکورہ بالا فوائد بخوبی حاصل ہوتے ہیں لیکن طبیبوں کی عادت ہے کہ وہ دیگر ادویہ کی آمیزش کر دیتے ہیں تاکہ دوا کثیر الاثر بن جائے تاہم ان سے یہ معلوم نہیں ہوتا ہے کہ یہ کرشمہ سازی شہد کی بدولت ہوئی ہے یا دیگر ادویہ کی بدولت جو کہ ساتھ میں شامل کر دی گئی تھی۔

بانجھ پن اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: اسگندھ عمدہ دو تولہ۔ روغن گاؤ ایک تولہ۔ دودھ گائے پانچ تولہ۔ مصری ایک تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: اسگندھ لے کر نصف سیر پانی میں ڈال کر دھیمی آنچ پر چڑھا دیں جب چوتھائی حصہ باقی رہ جائے تو اسے اتار لیں اور سرد ہونے دیں اس میں شہد، روغن گاؤ، دودھ گائے اور مصری ڈال کر اچھی طرح حل کریں۔

طریقہ استعمال: یہ تمام دوا شام کے وقت نوش کریں۔ یہ دوا فراغت حیض کے بعد استعمال کرنا چاہئے۔ چند روز کے استعمال سے رحم قوی ہوجاتا ہے اور حمل کا انعقاد ہونے کا یقین بڑھ جاتا ہے۔ اگر پہلے ماہ کوئی نتیجہ نہ نکلے تو دوسرے ماہ پھر اس کا استعمال

کریں، اسی طرح تیسرے اور چوتھے ماہ میں اس کا استعمال جاری رکھیں۔ مایوسی کفر ہے لگاتار علاج سے اللہ اپنی رحمت و برکت کا نزول فرما دیتا ہے۔

بانجھ پن کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: بانجھ پن کے خاتمہ کے لئے بھی دیسی اجوائن اور کلونجی ملا کر صبح نہار منہ وضع تک کھانے سے حمل بھی ٹھہر جاتا ہے اور وضع حمل تک بچہ محفوظ بھی رہتا ہے۔

کلونجی سے بانجھ پن کا علاج:

1۔ میتھی کا سفوف 4 ماشہ، سفوف کلونجی 4 ماشہ، شہد خالص آدھا کپ اور دودھ۔ دودھ کے علاوہ تمام اجزاء کو مکس کر لیں اور صبح و شام ایک ایک چمچہ تناول کریں۔ دودھ ایک کپ کے ساتھ پلائیں۔

2۔ شرش زلوع 10 گرام، سن فیل 5 گرام، حب الرشاد 10 گرام اور کلونجی 10 گرام۔

احتباس الطمث کیا ہوتا ہے؟

یہ ایک نہایت تکلیف دہ مرض ہے جس میں عورت کو کھل کر حیض نہیں آتا یا پھر اگر حیض آتا ہے تو نہایت تکلیف سے اس کا اخراج ہوتا ہے یا پھر یہ بالکل ہی بند ہوجاتا ہے۔ اس سے کئی قسم کے امراض پیدا ہوجاتے ہیں مثلاً حمل نہیں ٹھہرتا۔ اس کے علاوہ وہ زہریلا مادہ جس کا خون حیض کے ساتھ جسم سے نکلنا لازمی ہوتا ہے وہ جسم کے اندر ہی خون میں جذب ہونا شروع ہوجاتا ہے۔ اس زہریلے مادے سے لبریز خون کا دورہ جہاں بھی ہوتا ہے وہاں نقص پیدا ہوجاتا ہے۔ بدن کے تمام اعضاء ماؤف ہوجاتے ہیں، سر میں درد رہتا ہے، سر چکراتا رہتا ہے، اختناق الرحم اور مرگی کی علامات ظاہر ہوتی ہیں اور نوبت جنون و مالیخولیا تک پہنچ جاتی ہے، رات کو نیند نہیں آتی ہے بے خوابی کا غلبہ ہوجاتا ہے، بدن ٹوٹتا اور دل کی دھڑکن تیز رہتی ہے، معدہ و جگر کمزور پڑ جاتے ہیں، خون کے افعال بگڑ جاتے ہیں اور فساد خون کے باعث کئی مرض لاحق ہوجاتے ہیں، جسم پھوڑے پھنسیوں کی آماجگاہ بن جاتا ہے، بھوک میں نمایاں کمی ہوجاتی ہے، کھانا وغیرہ ہضم نہیں ہوتا۔

Scanned with CamScanner

اس مرض کا اصلی محرک احتباسِ حیض یا کمزوری اعصاب ہوتا ہے۔ کلونجی ان دونوں اسباب کا بہترین علاج ہے یہ مدر حیض ہونے کے باعث حیض کو جاری کرتی ہے اور اعصاب کو تقویت دیتی ہے اور گرم و خشک تاثیر کے باعث بدن میں حرارت عزیزی کو قائم رکھتی ہے۔ ماہرین جدید کی رائے ہے کہ یہی تینوں وجوہات اختناق الرحم کا صحیح علاج ہیں۔

اسی طرح شہد بھی نہایت عمدہ حیض آور دوا ہے۔ اس سے دودھ اور پیشاب بکثرت خارج ہوتا ہے، دودھ کی زیادتی سے خون کی تعدیل ہو جاتی ہے اور پیشاب کی زیادتی سے سمّی مادے جسم سے خارج ہو جاتے ہیں۔ شہد کھانے سے خون میں موجود زہریلے مادے خود بخود موت کا شکار ہو کر جسم سے باہر نکل جاتے ہیں۔ جب ایام ماہواری میں حیض کھل کر آ جاتا ہے تو تمام تکالیف رفع ہو جاتی ہیں۔ اس لئے شہد کا استعمال خاص ایام میں اور ان سے ماقبل و بعد ہر وقت جائز و شفا بخش ثابت ہوتا ہے۔ حکماء نے احتباس الطمث کی علامات یہ بیان کی ہیں۔ یہ مرض مرگی کے مشابہ ہوتا ہے۔ مریضہ بے ہوش ہو جاتی ہے، چیختی چلاتی ہے، ہاتھ پاؤں مارتی ہے۔ اس کا اصلی سبب احتباس حیض یا کمزوری اعصاب ہوتا ہے۔ شہد ان دونوں اسباب کا بہترین علاج ہے یہ حیض کو جاری کرتا ہے اور اعصاب کو تقویت دیتا ہے اور حرارت عزیزی کو قائم رکھتا ہے۔ یہی تینوں باتیں اختناق الرحم کا صحیح علاج ہیں مناسب ہے کہ شہد کا علاج شروع کر دیں اور جب مرض کے دورے کے آثار دکھائی دیں تو شہد زیادہ مقدار میں کھائیں اس سے حرارت کم ہو کر دورہ رک جائے گا۔

احتباس الطمث اور شہد سے علاج:

ھو الشافی: شونیز نو ماشہ- انیسوں نو ماشہ- تخم گندنہ نو ماشہ- گاؤزبان نو ماشہ- تخم مکو نو ماشہ- پودینہ جنگلی نو ماشہ- تخم سداب سات ماشہ- نانخواہ سات ماشہ- دارچینی سات ماشہ- زعفران سات ماشہ- تخم کرفس چھ ماشہ- پوست خیارشنبر ساڑھے تین تولہ- تخم خربوزہ ڈھائی تولہ- گل سرخ اصلی ڈھائی تولہ- سنبل الطیب آٹھ ماشہ- حب القرطم ایک تولہ- بادیان ایک تولہ- پرسیاؤشاں ایک تولہ- تخم شبت ایک تولہ- تخم کاسنی ایک تولہ- ہلیلہ کابلی ایک تولہ- ابہل ایک تولہ- تخم ترب ایک تولہ- تخم خطمی ایک تولہ- مویز منقیٰ ایک

تولہ۔ انجیر زرد ایک تولہ- شہد خالص تیس تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ سب اجزاء کو جوکوب کر کے رات کے وقت گرم پانی میں تر کر کے رکھیں اور صبح اُٹھ کر انہیں اچھی طرح مسل کر پانی کا برتن دھیمی آنچ پر چڑھا دیں، اس پانی میں سے کوئی جزو نکالنا نہیں ہے۔ ایک جوش آنے پر اس میں شہد ڈال دیں اور کفگیر سے ہلاتے رہیں، یہاں تک کہ تمام پانی جل جائے اور شہد باقی رہ جائے تو اسے اتار کر سرد کر کے محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ شربت بقدر چھ ماشہ دن میں تین چار مرتبہ استعمال کریں جبکہ شام کے وقت اسے عرق بادیان پانچ تولہ کے ہمراہ استعمال کرنا چاہئے۔ یہ شربت اکسیر الطمث ہے اس کے استعمال سے بلا تکلیف خون حیض کھل کر آتا ہے۔ خون کے زہریلے مادے بھی پیشاب کے ذریعے خارج ہو جاتے ہیں۔ یہ نہایت مفید و مجرب دوا ہے اس کا بنانا قدرے مشکل کام ہے مگر اس کے فوائد لاتعداد ہیں۔

احتباس الطمث کی تشریح:

یہ دوسرا مرض ہے جو کسی عورت کو لاحق ہو جائے تو جہلاء حضرات اسے بھوت پریت اور سایہ سے تعبیر کرتے ہیں۔ اس میں علامات قریباً ہسٹیریا جیسی ہی ہوتی ہیں مگر ان کا دورانیہ مسلسل نہیں ہوتا۔ ایام ماہواری کے قریب آنے پر اثرات نمودار ہوتے ہیں اور کچھ دن تک مختلف صورت میں پیش آتے رہتے ہیں۔ کبھی کبھار ان میں شدت ہوتی ہے تو کبھی کبھار توقف۔ یہ ایک نہایت تکلیف دہ مرض ہے۔ اس میں درحقیقت عورت کو کھل کر حیض نہیں آتا یا پھر حیض آتا ہے تو نہایت تکلیف سے اس کا اخراج ہوتا ہے یا پھر یہ بالکل ہی بند ہو جاتا ہے۔ اس سے کئی قسم کے امراض پیدا ہو جاتے ہیں مثلاً حمل نہیں ٹھہرتا۔ اس کے علاوہ وہ زہریلا مادہ جس کا خون حیض کے ساتھ جسم سے نکلنا لازمی ہوتا ہے، وہ جسم کے اندر ہی خون میں جذب ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس زہریلے مادے سے لبریز خون کا دورہ جہاں بھی ہوتا ہے وہاں نقص پیدا ہو جاتا ہے۔ بدن کے تمام اعضاء ماؤف ہو جاتے ہیں، سر میں درد رہتا ہے، سر چکراتا رہتا ہے، اختناق الرحم اور مرگی کی علامات ظاہر ہوتی ہیں اور نوبت جنون و مالیخولیا تک پہنچ جاتی ہے۔

Scanned with CamScanner

رات کو نیند نہیں آتی ہے بے خوابی کا غلبہ ہو جاتا ہے، بدن ٹوٹتا اور دل کی دھڑکن تیز رہتی ہے، معدہ وجگر کمزور پڑ جاتے ہیں، خون کے افعال بگڑ جاتے ہیں اور فساد خون کے باعث کئی مرض لاحق ہو جاتے ہیں، جسم پھوڑے پھنسیوں کی آماجگاہ بن جاتا ہے، بھوک میں نمایاں کمی ہو جاتی ہے، کھانا وغیرہ ہضم نہیں ہوتا۔ غرض کہ ایک آفت کا سامنا ہوتا ہے اور مریضہ عذاب عظیم میں داخل ہو جاتی ہے۔

حکماء واطباء نے احتباس الطمث کی علامات یہ بیان کی ہیں کہ یہ مرض مرگی کے کافی مشابہ ہوتا ہے۔ مریضہ یکدم چیخ مار کر بے ہوش ہو جاتی ہے۔ عجیب وغریب آوازوں میں چیختی چلاتی ہے۔ زور سے ہاتھ پاؤں چلاتی ہے کہ کسی جن کا سا گمان ہوتا ہے۔

بندش کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: اگر پیشاب یا حیض کی بندش ہو جائے تو سفوف کلونجی وقفہ وقفہ سے چائے والا چمچہ استعمال کرائیں۔ نیز عورتوں کی کئی ایک بیماریوں کے لئے سفوف کلونجی مفید ثابت ہوتا ہے۔ مثلاً نلوؤں کا درد، پٹھوں کا کھچاؤ، جی متلانا اور ٹانگوں کے درد، بدن کا ٹوٹنا وغیرہ تمام امراض کا شافی علاج ہے۔

حیض کی رکاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: بعض عورتیں ایام کی کمی یا تکلیف کی مریض ہوتی ہیں۔ اسی طرح پیشاب میں رکاوٹ ہو تب بھی تین گرام کلونجی کا سفوف بنا کر کھلانا مفید ثابت ہوتا ہے۔

نوٹ: حاملہ خواتین کلونجی کے استعمال سے پرہیز کریں۔ اس لئے کہ اس سے اسقاط حمل کا خطرہ رہتا ہے۔

پیشاب کی جلن ورکاوٹ اور ماہواری کی بندش کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: پتھری کے اخراج والے نسخے میں سے ایک تولہ دوالیں اور کباب چینی، اندر جو ہر ایک ایک تولہ باریک پیس کر ملالیں۔ ہر تین گھنٹے بعد آدھا چمچہ استعمال کرائیں۔ پیشاب کھولنے کی خاطر تیز بہدف چیز ہے نیز بندش ماہواری کی مریضہ کے لئے بھی

مفید چیز ہے۔ اگر زیرہ سفید اور الائچی ہم وزن پیس کر ملا کر پیشاب کی جلن والے استعمال کرائیں تو پیشاب کی جلن تیزی اوری سرخی کے لئے فائدے مند دا ہے۔

حیض کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: انیسون چار ماشہ، کپاس کی جڑ کی چھال ایک تولہ، بادیان، پوست پھلی املتاس، قند سیاہ ہر ایک دو تولہ کلونجی چار ماشہ۔

ترکیب ساخت: تمام ادویہ کو بوقت رات ڈیڑھ پاؤ گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح آگ پر پکائیں۔ تین جوش آنے کے بعد آگ سے اتار دیں۔ سرد ہونے پر مل چھان کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال: صبح وشام تھوڑا تھوڑا پانی لیا کریں۔

فوائد: حیض ونفاس کی بندش دور کرنے کے لئے یہ مطبوخ جوشاندہ نہایت مفید چیز ہے۔

ولادت کے بعد بڑھے ہوئے پیٹ کو کم کرنے کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی 250 گرام، کالی زیری 250 گرام اور گندھک ڈنڈا 250 گرام۔

ترکیب تیاری: سب ادویہ کو پیس کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: صبح شام 2,2 گرام نیم پر پانی سے۔

فوائد: بڑھے پیٹ کو کم کرتا ہے۔ خصوصاً ولادت کے بعد عورتوں کے بڑھ جانے والے پیٹ کو کم کرتا ہے۔

کمزور اور لاغر خواتین کی صحت کی بحالی کے لئے نسخہ کلونجی:

ھوالشافی: کلونجی 20 گرام، اسگندنا گوری 50 گرام، ثعلب مصری 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تینوں ادویہ کو پیس کر برابر وزن میں رکھ ملالیں۔

مقدار خوراک: ایک چمچ چائے والا دودھ میں پکا کر نیم گرم دن میں ایک دو بار کھالیا جائے۔

پرہیز: چائے، بوتلیں ہر قسم اور ہر طرح ترشی سے پرہیز کیا جائے۔

Scanned with CamScanner

کم ہمتی اور بدن کی تھکاوٹ کے لئے نسخہ کلونجی:

عام طور پر دن بھر کام کاج کے بعد بدن میں عضلاتی تھکاوٹ ہو جاتی ہے۔ اس کو رفع کرنے کے لئے اکسیری نسخہ حاضر ہے۔

ہوالشافی: مرجان 20 گرام کوٹ کر عرق گلاب کی مدد سے کھرل کر لیں۔ پھر اس میں ورق نقرہ 50 عدد، کلونجی 50 گرام پیس کر شامل کر لیں اور بہمن سرخ بھی پچاس گرام ملا کر زیرو نمبر کیپسول بھر لیں۔

مقدار خوراک: ایک کیپسول صبح ایک کیپسول شام دودھ کے ہمراہ۔

کلونجی کا مقوہ نسخہ:

ہوالشافی: کلونجی، حلبہ مصفی، چنی ہر ایک ہم وزن۔

ترکیب ساخت واستعمال: تمام ادویہ کو پیس کر سفوف تیار کریں۔ پھر کھانے کے بعد آدھا چمچ چائے والا کھلائیں۔

دودھ کی کمی کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: اسگندھ ناگوری 5 تولہ، زیرہ سفید 3 تولہ، کلونجی 3 تولہ، بنولوں کی گریاں 10 تولہ۔

ترکیب ساخت: سب ادویہ کو باریک پیس کر نصف کلو شہد خالص کے قوام میں ملا کر معجون تیار کریں۔ سرد ہونے پر کشتہ خبث الحدید چھ ماشہ اور کشتہ صدف مروارید اصلی ایک تولہ بخوبی آمیزش کر کے محفوظ رکھیں۔

ترکیب استعمال: چھ، چھ ماشہ صبح وشام دودھ کے ہمراہ کھلائیں۔

فوائد: بوجہ کمزوری جن عورتوں کا دودھ کم ہو گیا ہو، ان کے دودھ کو بڑھانے کے لئے مفید و مؤثر نسخہ ہے۔ علاوہ ازیں تقویت بدن کا باعث ہے۔

ہوالشافی: بعض عورتیں دودھ کی کمی کی شکایت کرتی ہیں جس کی وجہ سے ان کا شیر خوار بچہ بھوکا رہ جاتا ہے۔ ایسی عورتوں کو چاہیے کہ کلونجی کے سات دانے صبح نہار منہ اور رات کو سونے کے وقت دودھ سے استعمال کریں۔

جن عورتوں میں دودھ کی قلت ہوتی ہے اور شیر خوار بچہ بھوکا رہ جاتا ہے۔ ان کے لئے اعلیٰ درجہ کا نسخہ پیش خدمت ہے۔

ہوالشافی: کلونجی 25 گرام، ستاور 50 گرام، زیرہ سفید 50 گرام۔

ترکیب تیاری: تینوں ادویہ کو باریک پیس لیں اور محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: آدھی چمچی چائے والی صبح اور شام ایک پاؤ دودھ کے ہمراہ۔

ہوالشافی: تخم کلونجی کو شربت صندل کے ساتھ چند یوم کھائیں۔ بفضل تعالیٰ دودھ کثرت سے اترنا شروع ہو جائے گا۔ نیز کلونجی کو پیس کر پستانوں پر لیپ کریں، اس سے پستانوں کی شیب میں نمایاں خوبصورتی پیدا ہوتی ہے اور نامکمل نشوونما والے پستان تیزی سے بڑھتے ہیں۔ یہ پستان کی رگوں کو تقویت دے کر انہیں مضبوط بناتی ہے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

ذیابیطس اور شہد اور کلونجی

ایک خاص حد سے زیادہ موٹے افراد میں ذیابیطس میں مبتلا ہونے کا خدشہ بڑھ جاتا ہے۔شدید صدمہ اور طویل عرصہ پر محیط بیماری وافسردگی اور قابل لحاظ حد تک بڑھا ہوا بلڈ پریشر بھی اس بیماری کے اسباب میں شامل ہیں۔ذیابیطس کا سراغ یوں تو ماضی کے ہر زمانے میں ملتا ہے تاہم مشینی دور کے آغاز اور جسمانی مشقت کی کمی کے بعد اس میں بڑی حد تک اضافہ ہوا ہے۔دیہات کے باشندوں کی نسبت شہری علاقوں کے مکینوں کو یہ بیماری تیزی سے اپنے چنگل میں لے رہی ہے۔ابھی تک اعداد وشمار سے یہی بات سامنے آئی ہے کہ خواتین کی کم تعداد اس مرض میں مبتلا ہے مگر رفتہ رفتہ یہ بڑھ رہی ہے۔نوجوانوں میں ذیابیطس کی موجودگی درحقیقت موروثی قرار دی جاتی ہے۔

کئی لوگوں میں ابھی تک یہ سوال تشنگی کا باعث ہے کہ ذیابیطس آخر ہوتی ہے کیا ہے؟اس کا عام فہم جواب یہ ہے کہ ذیابیطس ایک ایسی بیماری یا کیفیت ہے جس میں انسانی جسم چینی اور نشاستے کو گلائیکوجن میں تبدیل کر کے اپنے اندر جمع رکھنے اور پھر بوقت ضرورت اسے توانائی میں تبدیل کر کے استعمال کرنے کے قابل نہیں رہتا ہے۔غذا میں شامل شکر اور نشاستے ہاضمے کے طویل عمل سے گذر کر گلوکوز کی شکل اختیار کر لیتے ہیں اور یہ گلوکوز بھی شریانوں میں شامل ہو کر خون میں جذب ہو جاتے ہیں۔گلوکوز کا کچھ حصہ جسمانی ضروریات کے لئے آکسیجن کے ساتھ جل جاتا ہے اور جسم کو توانائی فراہم کرتا ہے۔انسولین کا کام یہ ہوتا ہے کہ خون میں شامل غیر استعمال شدہ گلوکوز کو گلائیکوجن میں تبدیل کر کے اسے آئندہ کے لئے ذخیرہ کر دے۔خرابی کی وجہ سے اگر لبلبہ مناسب مقدار میں انسولین پیدا نہ کر سکے تو جسم خون میں موجود گلوکوز کو جگر میں محفوظ نہیں کر سکتا ہے جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ خون میں شکر کی مقدار مقررہ حد سے تجاوز کر جاتی ہے اور خون اپنا تناسب برقرار رکھنے کے لئے مجبوراً اس زائد شکر کو پیشاب کے ذریعے جسم سے خارج کرنا شروع کر دیتا ہے۔اس مرض کی ابتدائی علامات یہ ہیں۔

کثرتِ پیشاب:

خون، شکر کی زیادہ مقدار سے نجات حاصل کرنے کے لئے گردوں پر دباؤ ڈالتا ہے اس لئے بار بار زیادہ مقدار میں پیشاب آتا ہے۔مریض کو رات کے وقت بھی کئی کئی مرتبہ اٹھ کر پیشاب کرنا پڑتا ہے، پیشاب شکر کی وجہ سے گدلا اور زردی مائل ہو جاتا ہے۔

شدت پیاس:

جسم سے پیشاب کے راستے زیادہ پانی نکل جانے سے پانی کی کمی کو جسم بڑی بے تابی سے محسوس کرتا ہے اور حلق ہر وقت خشک رہنے لگتا ہے۔

زیادتی اشتہاء:

غذا کا بیشتر حصہ ہضم ہونے کے بعد چونکہ جسم میں محفوظ نہیں رہ سکتا اور پیشاب کے ذریعے خارج ہو جاتا ہے، اس لئے معمول سے زیادہ کھانا کھانے کے باوجود مریض ہر وقت بھوک محسوس کرتا ہے۔

نقاہت:

زیادہ کھانے کے باوجود چونکہ بیشتر گلوکوز پیشاب کے راستے خارج ہو جاتا ہے اس لئے مریض عملاً فاقے سے ہوتا ہے، رفتہ رفتہ یہ کیفیت جسمانی کمزوری کی شکل اختیار کر جاتی ہے۔

کمی وزن:

اگر علاج بروقت شروع نہ کیا جائے تو شکر کی زیادہ مقدار بغیر استعمال ہوئے بغیر ہی خارج ہو جاتی ہے، پھر توانائی کے حصول کے لئے جسم میں جمع چکنائی کے ذخائر بھی ختم ہو جاتے ہیں تو جسم کی بافتیں توانائی میں تبدیل ہونے لگتے ہیں اور وزن تیزی سے کمی کی جانب مائل ہوتا ہے۔

Scanned with CamScanner

خارش:

خواتین میں یہ شکایت زیادہ ہوتی ہے۔شکر سے آلودہ پیشاب عورتوں میں پیشاب کی نالی کے آس پاس شدید خارش پیدا کر دیتا ہے یہی خارش دراصل خواتین کو پہلی مرتبہ ڈاکٹر کے پاس جانے پر مجبور کرتی ہے اور ذیابیطس کی بروقت تشخیص کا باعث بن جاتی ہے۔

پھوڑے پھنسیاں:

خون میں شکر کی مقدار بڑھنے سے اس میں انفیکشن کا مقابلہ کرنے کی طاقت کم ہو جاتی ہے ایک کے بعد دوسرا پھوڑا نمودار ہوتا ہے اور یوں تمام جسم پر پھنسیاں نکل آتی ہیں یا انگلیوں کے ناخن متورم ہو جاتے ہیں، معمولی سا زخم بھی مدتوں ٹھیک ہونے کا نام نہیں لیتا۔

ذیابیطس کی وجہ سے ہونے والی اس بے ہوشی کا سبب وہ زہریلا مادہ ہوتا ہے جو جسم میں ادھ جلی یا ناقص طریقے سے جلنے والی چکنائی سے جمع ہوتا ہے۔ چکنائی کے پوری طرح جلنے کے لئے اسے بھرپور آکسیجن کی ضرورت ہوتی ہے، یہ آکسیجن صرف اس وقت مہیا ہوتی ہے جب نشاستہ بھی جسم میں درست طور پر جل رہا ہو۔اس حالت میں چکنائی بھی جو کہ غذا کا لازمی حصہ ہے نامکمل طور پر جلتی ہے۔ آدھ جلی چکنائی کی کثافت جسم میں جمع ہو کر وہ زہریلے اثرات پیدا کرتی ہے جس سے مریض پر ذیابیطس کی بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے اور مرض مزید پیچیدہ ہو جاتا ہے۔

ذیابیطس دراصل ایک ناقابل علاج مرض ہے جو ایک بار اس میں مبتلا ہو گیا اسے پھر ساری زندگی اسی کے ساتھ گذارنا پڑتی ہے۔ تاہم اب اس بیماری کے مضر اور مہلک اثرات سے بچاؤ ممکن ہو گیا ہے لیکن اس کے لئے بروقت، درست اور مسلسل علاج ضروری ہوتا ہے۔
کچھ عرصہ قبل ذیابیطس کے شدید مریض کے لئے مستقبل تاریک تھا، کسی بچے میں اس مرض کی تشخیص کا مطلب موت کا پروانہ ہوتا تھا۔ عام طور پر اس نومولود کی دو سال کے اندر موت یقینی خیال کی جاتی تھی لیکن اب یہ صورت حال یکسر تبدیل ہو چکی ہے۔اب ذیابیطس کا شکار فرد اب ذہنی اور جسمانی طور پر پوری نشوونما پانے کے ساتھ ایک صحت مند اور بھرپور زندگی گذارنے کی

توقع کر سکتا ہے بشرطیکہ اس کا علاج صحیح طور پر کیا جائے۔ وہ زندگی میں اپنا مقام حاصل کر سکتا ہے اور اپنے فرائض کی انجام دہی سے پوری طرح سبکدوش ہو سکتا ہے۔ بڑی عمر میں اس مرض میں مبتلا ہونے والے لوگ بھی صحیح علاج کے ساتھ بغیر کسی ناگوار رکاوٹ یا محرومی کے معمول کے مطابق ایک طویل زندگی ہنسی خوشی بتا سکتے ہیں۔

عورتوں میں سن یاس کے بعد شروع ہونے والا ذیابیطس عام طور پر کم شدید ہوتا ہے لیکن پوری توجہ نہ دی جائے تو کسی وقت بھی شدید یا خطرناک صورت اختیار کر سکتا ہے۔ ادھیڑ عمر میں ہونے والے ذیابیطس پر شکر چھوڑ کر اور غذا میں نشاستے کی مقدار کم کر کے قابو پایا جا سکتا ہے۔
ایسے مریض کی نگرانی اور وقتاً فوقتاً خون اور پیشاب کے امتحانات ہوتے رہنا از حد ضروری ہے تا کہ مرض پر قابو رہے۔

انسولین کا استعمال:

ذیابیطس کی شدت اگر انسولین کی متقاضی ہو تو اس کے استعمال سے ذیل فوائد حاصل ہوتے ہیں:

1۔ روزمرہ کی غذا استعمال کرنے کے باوجود پیشاب شکر اور دیگر زہریلے اثرات سے پاک رہتا ہے۔

2۔ مریض میں صحت مند ہونے کا احساس اجاگر ہوتا ہے مزاج میں شگفتگی آتی ہے اور زندگی کے لئے مثبت رویہ پیدا ہوتا ہے۔

3۔ لبلبے کے خلیات کو تھوڑی سی فرصت مل جاتی ہے اب تک لی سیس کے مطابق جو خلیات بیماری کی وجہ سے ضائع ہو جاتے ہیں وہ دوبارہ نہیں بن سکتے ہیں لیکن باقی بچے ہوئے خلیات کو تباہ ہونے سے ضرور بچایا جا سکتا ہے۔ انسولین کے محتاط استعمال سے کام کا بوجھ کم ہوتا ہے اور ان کی زندگی میں اضافہ ہوتا ہے۔

4۔ مریض ذیابیطس کی سنگین پیچیدگیوں سے محفوظ رہتا ہے۔

Scanned with CamScanner

اس وقت دو قسم کی انسولین زیر استعمال ہے:

1۔ فوری طور پر اثر کرنے والی انسولین: یہ انجیکشن کے ذریعے خون میں پہنچائی جاتی ہے اور یہ خون میں داخل ہوتے ہی اپنا کام شروع کر دیتی ہے اور اتنی ہی تیزی سے اس کا اثر ختم بھی ہو جاتا ہے۔

2۔ بتدریج اثر کرنے والی انسولین: یہ انسولین نسبتاً نئی قسم کی ہے جسم میں پہنچنے کے بعد اپنا کام شروع کرنے میں اگرچہ کچھ دیر لگاتی ہے لیکن اس کا اثر رفتہ رفتہ لیکن زیادہ دیر تک جسم میں باقی رہتا ہے۔

کسی مریض کے لئے کونسی انسولین مناسب ہوتی ہے اس کا فیصلہ تو معالج ہی کرتا ہے ممکن ہے کہ دونوں اقسام کی انسولین استعمال کرنے سے جسم کو تقویت پہنچے۔ انسولین کسی بھی قسم کی ہو اس کے استعمال سے بعض اوقات کچھ منفی علامات بھی پیدا ہو سکتی ہیں جیسا کہ پہلے ذکر ہوا ہے کہ انسولین کی کمی سے شکر گلائیکوجن کی شکل میں تبدیل ہو کر جسم میں جمع نہیں رہ سکتی، نتیجتاً خون میں شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ تصویر کا دوسرا رُخ یہ ہے کہ اگر ضرورت سے زیادہ انسولین لے لی جائے تو خون میں شکر کی مقدار مطلوبہ حد سے بھی کم ہو جانے کا امکان پیدا ہو جاتا ہے۔ اس صورت میں یکدم کمزوری کا احساس ہوتا ہے، انگلیاں لرزنے لگتی ہیں، ٹھنڈا پسینہ چھوٹتا ہے، دل کی دھڑکن زوردار اور رفتار تیز ہو جاتی ہے اور بھوک غیر معمولی طور پر بڑھ جاتی ہے۔ یہ علامات دو تین چٹکی چینی، ٹافی، ایک دو میٹھی گولیاں کا رس چوسنے، ایک چمچہ شہد لینے، جام یا کسی پھل کا رس پینے سے فوری طور پر ٹھیک ہو جاتی ہیں۔ اسی لئے ذیابیطس کے مریضوں کو ہدایت کی جاتی ہے کہ وہ چند ٹافیاں یا کوئی بھی میٹھی شے اپنے ہمراہ ضرور رکھیں۔ جیسے ہی شکر کی کمی کی علامات ظاہر ہوں تو وہ فوراً بطور دوا انہیں منہ میں رکھ لیں جو اس صورت میں ظاہر ہے موجود ہوگی تو طبیعت پر کسی قسم کی فکرانی کا احساس نہیں ہو سکے گا۔ انسولین کا مریض کچھ عرصہ کے بعد اپنے علاج کے سلسلے میں اتنا تجربہ کار ہو جاتا ہے کہ غلطی سے شکر کی کمی امکان بہت کم رہ جاتا ہے لہٰذا کوئی پیچیدگی پیدا نہیں ہوتی۔

ذیابیطس کے علاج میں غذا کی حیثیت بنیادی ہے۔ مریض کو اگر صرف دوائیں اور

انسولین ملتی رہیں تو اس کی بھوک بڑھتی ہے اور زیادہ کھانے سے موٹاپے کی بیماری لاحق ہو جاتی ہے۔ اس طرح مریض مرض اور وجہ مرض کے لامتناہی چکر میں الجھ کر رہ جاتا ہے۔ اس بیماری میں غذا کی جتنی اہمیت ہے اتنی ہی غلط فہمیاں بھی پائی جاتی ہیں مثلاً مریض کو تجویز کیا جاتا ہے کہ وہ ایسی غذا کھائے جس میں نشاستہ اور لحمیات زیادہ موجود ہوں جبکہ حقیقت یہ ہے کہ مناسب علاج کے ساتھ نشاستے کا استعمال اچھے اثرات مرتب کرتا ہے اور زیادہ پروٹین سے جسم میں کئی طرح کے فاسد مادے پیدا ہوتے ہیں۔

ذیابیطس کے مریض کے لئے چینی اور گلوکوز کا استعمال کسی طرح بھی مناسب نہیں ہوتا۔ نشاستے کے حصول کے لئے اناج، آلو اور دیگر سبزیاں بہترین ہیں۔ ان کی خوبی یہ ہے کہ وہ توانائی کو ایک دم خارج نہیں کرتی ہیں بلکہ عمل انہضام کے دوران ہی گلوکوز ایک تدریج سے تیار ہوتا ہے اور آہستہ آہستہ خون میں جذب ہوتا جاتا ہے۔ اس سے خون میں انسولین کی اچانک بڑی مقدار کی ضرورت پیش نہیں آتی ہے اور لبلبے پر کسی قسم کا غیر ضروری دباؤ بھی نہیں پڑتا ہے۔ چکنائی توانائی کا منبع ہے، ہاضمے کے عمل سے گذر کر یہ خون میں شامل ہوتی ہے اور پھر زیر جلد جمع ہونا شروع ہو جاتی ہے، بوقت ضرورت یہ توانائی میں تبدیل ہو کر جسم کو خوراک بہم پہنچاتی ہے، اس کے علاوہ اس کا ایک کام یہ بھی ہوتا ہے کہ چکنائی میں حل پذیر وٹامنز کو جمع رکھا جائے۔

ذیابیطس کے مریض کے لئے حیوانی چکنائی مضر صحت ہے، یہ خون میں ایسی سیر شدہ چکنائیوں میں اضافہ کر دیتی ہے جو شریانوں، دل اور گردوں کے امراض کا سبب بنتی ہیں۔ خوردنی تیل نسبتاً بہتر ہے لیکن ان کا استعمال بھی ایک اعتدال سے کرنا چاہئے۔ گوشت چاہے کتنا ہی روکھا کیوں نہ ہو اس میں ہر غذائی حرارے کے ساتھ کم از کم ایک حرارہ چکنائی کا بھی موجود ہوتا ہے۔ لحمیات کے حصول کے ضروری نہیں ہے کہ گوشت ہی کھایا جائے۔ ذیابیطس کے مریضوں کے لئے بہتر ہے کہ وہ دالوں، پھلیوں اور سبزیوں سے ملنے والی پروٹین پر ہی تکیہ کریں۔ دالیں اور سبزیاں ملا کر بھی پکائی جا سکتی ہیں اس سے معیاری پروٹین حاصل ہوتی ہے۔

ذیابیطس کا مریض اپنی مدد خود کیسے کر سکتا ہے؟

1۔ اسے ذیابیطس کی نوعیت اور علاج سے بخوبی واقف ہونا چاہئے، ایسی کئی کتب بازار میں

Scanned with CamScanner

دستیاب ہیں جن کے مطالعے کے بعد وہ اس مرض کے باوجود ایک بھرپور زندگی گذار سکتا ہے۔

2۔ اچھی صحت کا لطف اُٹھانے کے لئے مریض کو معالج سے مکمل تعاون کرنا چاہئے۔ لاپروائی، بے جا پسند و ناپسند، اپنی رائے کا جبر، ضد یا بد پرہیزی سے پہنچنے والے نقصان کی تمام ذمہ داری خود مریض پر عائد ہوتی ہے۔

3۔ مریض کو اپنے پیشاب کا ٹیسٹ کرنا سیکھنا چاہئے، شکر یا ایسٹون باڈیز کی موجودگی معلوم کرنے کے لئے معالج کی ہدایات کے مطابق وقفوں وقفوں سے پیشاب کا امتحان خود کرتا رہے۔

4۔ انسولین کا استعمال ضروری پائے تو مریض کو معلوم ہونا چاہئے کہ اسے کتنی مقدار میں انسولین، دن میں کتنی مرتبہ لینا چاہئے اور یہ خوراک کب اور کن حالات میں لینا ضروری ہوتا ہے۔ بظاہر یہ ایک پیچیدہ اور مشکل عمل محسوس ہوتا ہے لیکن اگر ذہن کو بیماری پر حادی کردیا جائے تو یہ بڑی آسانی سے روزمرہ کا معمول بن جاتا ہے۔ ذراسی ناگواری پر قابو پاکر مریض خود زیرجلد انجکشن لگانے پر قادر ہوسکتا ہے۔ اب تو یہ دیکھا گیا ہے کہ کئی مریض خود ہی بوقت ضرورت انجکشن لیتے ہیں اور یہاں تک کہ ننھے بچے بھی اپنی زندگی کی بقا کے لئے اس عمل کو ایسے انجام دیتے ہیں کہ دیکھنے والا داد دیئے بغیر نہیں رہ پاتا۔ پہلے ایک دو انجکشن لگانے کے بعد یہ تمیز آجاتی ہے کہ سوئی کس زاویہ سے لگنے سے زیادہ تکلیف اور کم تکلیف ہوتی ہے۔ انجکشن لگاتے وقت ڈسپوزل سرنج، عمدہ روئی اور جراثیم کش ادویہ کا پاس رکھنا ضروری ہوتا ہے۔

5۔ ذیابیطس کے مریض کو اپنی بیماری کے خلاف جدوجہد کبھی بھی ترک نہیں کرنا چاہئے، یہ ایک طرح کی عمر قید ہے، اس میں سے فرار آپ کو موت کی دہلیز پر لے جائے گا۔ پوری زندگی کچھ قوانین اور اصولوں کی پابندی آپ پر لاگو کردی گئی ہے ان کا خیال رکھنا اب آپ پر لازم ہے۔

6۔ مریض کو کبھی مایوسی اور خود رحمی کا شکار نہیں ہونا چاہئے۔ ہمیشہ حاصل نعمتوں کا شکر ادا کرتے رہنا چاہئے۔ اسے یہ بات اپنے ذہن میں رکھنا چاہئے کہ اب تو پھر بھی زندہ رہنے کا ایک طریقہ اس کو مل رہا ہے جبکہ کچھ ہی عرصہ پہلے لوگ اس سے بھی محروم تھے اور

ہردم موت کی فکر انہیں دامن گیر رہتی تھی۔

حکماء کی تحقیق کے مطابق یہ مرض غیر معمولی سردی یا گرمی پہنچنے، کثرت مجامعت، دماغی کام کی زیادتی، شیریں اشیاء میں کثیر رغبت، پُر خوری، کثرت شراب نوشی اور ضعف جگر کے باعث لاحق ہوتا ہے۔ اپنی نوعیت کے لحاظ سے یہ مرض عسر العلاج ہوتا ہے۔ اس مرض کی تشخیص ہوجانے کے بعد اس کے سوا کوئی چارہ نہیں کہ غذا معالج کی ہدایت کے مطابق ہی استعمال کی جائے۔ ان سب غذاؤں کی اہمیت اپنی جگہ مسلم ہے۔

باری تعالیٰ نے روغن کلونجی میں ایسی خصوصیات سمودی ہیں کہ یہ اس مرض میں بھی اپنے شفائی اثرات کا جادو دکھاتا ہے۔ جدید تحقیق اس انکشاف سے بے حد متحیر ہے اور اس مرض کی نئی راہیں استوار کرنے میں مصروف عمل ہے۔ حکماء و اطباء کا کہنا ہے کہ کلونجی مرض ذیابیطس کے لئے ایک لاجواب دوا ہے جو امراض معدہ و دل، شوگر، اعصابی امراض میں مفید چیز ہے جو لوگ اسے استعمال میں لاتے ہیں۔ وہی اس کے بے شمار فوائد سے مطلع ہیں۔ برٹش ریسرچ لیبارٹری والوں کی رپورٹ کے موافق کہ ابتداً دو صد شوگر کے مریضوں کا کلونجی سے کامیاب ترین علاج کیا جن کا رزلٹ حیرت انگیز حد تک کامیاب نظر آیا۔ طریقہ یہ ہے کہ صبح دوپہر، شام کھانے سے قبل سفوف کلونجی ایک چمچہ چائے والا استعمال کرنے سے شوگر کنٹرول ہوتے ہوتے ختم ہو جائے گی۔ دیگر امراض بھی اس موذی مرض کے ساتھ ساتھ ختم ہو کر شفاء کلی نصیب ہوگی۔

قدیم و جدید اطباء و حکماء نے نبی کریم ﷺ کی نوید شفاء کے باعث بھرپور توجہ کلونجی کے استعمال پر دی اور اسے مختلف طریقوں سے متعدد بیماریوں کے علاج میں استعمال کیا۔ کلونجی سے مرکب دوائیں تیار کیں۔ جن میں حب حلتیت، جوارش شونیز اور معجون کلعلانج خاصی شہرت یافتہ اور اپنے فوائد منوا چکی ہیں۔ نیز بعض اوقات مشاہدات میں یہ چیز سامنے آتی ہے کہ کلونجی کے استعمال سے لبلبہ (پنکریاز) کے افرازات سے ایک خاص رطوبت کا اخراج بڑھ جاتا ہے۔ اسی طرح ذیابیطس کے مرض پر قابو پانے میں مدد ملتی ہے۔

حکماء کا کہنا ہے کہ شوگر کے مریض اگر نہار منہ ایک چٹکی کلونجی کی نگل لیا کرے تو مفید ثابت ہوگی۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بتائی ہوئی ادویات پر اب جدید طب تیزی سے تجربات کر رہی ہے جیسے کہ ڈاکٹر خالد غزنوی نے ذیابیطس کے مریضوں کو تخم کاسنی ایک چمچہ اور

Scanned with CamScanner

کلونجی تین چمچہ استعمال کرانا شروع کریں تو ایک ہفتہ میں شوگر کے مریضوں کو شکر آنا بند ہوگئی اور ان کے خون سے گلوکوز کی مقدار کی کمی واقع ہونے لگی۔ اس تجربہ میں تقریباً دو مریض کامیاب ہوئے مگر تحقیق مزید جاری ہے۔

ذیابیطس اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مغز پنبہ دانہ پانچ تولہ- مغز گروگان بریاں تین تولہ- کتیر سفید دو تولہ- شہد خالص بقدر ضرورت۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں۔ انہیں کپڑ چھان کر کے سفوف علیحدہ کرلیں اور دو گنے شہد میں ڈال کر اچھی طرح حل کر دیجئے۔ اس کے بعد اس دوا کو شیشی میں ڈال کر محفوظ رکھیں۔

طریقہ استعمال: یہ نسخہ ذیابیطس کے مرض کو مزید بڑھنے سے روکتا ہے اور ہونے والی تکالیف کا ازالہ کرتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک ایک تولہ رات کو سوتے وقت نیم گرم دودھ کے ساتھ کھانا مفید و اکسیر ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: سلاجیت عمدہ و اصلی چار رتی- شہد ایک چائے کا چمچہ۔

طریقہ استعمال: دونوں اجزاء کو اچھی طرح حل کر کے دن میں دو بار استعمال کرنا اس مرض کی زیادتی کو روکتا ہے اور لبلبے کے فعل کو طاقت بخشتا ہے۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: دودھ ایک پاؤ- شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ استعمال: دودھ کو نیم گرم کر کے اس میں شہد ملا لیجئے اور اچھی طرح حل کر کے پی لیجئے۔ یہ فوری طور پر اپنے پر اثر نتائج رونما کرتا ہے۔ دل پر چھائی ہوئی پژمردگی، دھڑکنوں کی بے ترتیبی، دورہ غشی اور زبان کے سوکھنے پر یہ بے حد تقویت دیتا ہے۔

چوتھا نسخہ:

ہوالشافی: مربہ زنجبیل دو تولہ- مویز منقی سات تولہ- آرد خرمہ چار تولہ- خشخاش تین تولہ- مغز نارجیل تین تولہ- مغز چلغوزہ تین تولہ- مغز اخروٹ بریاں تین تولہ- مغز بادام بریاں تین تولہ- زعفران تین ماشہ- جائفل تین ماشہ- لونگ تین ماشہ- نصہ تین ماشہ- دارچینی تین ماشہ- شہد خالص بقدر ضرورت۔

طریقہ تیاری: مربہ، زعفران اور شہد کے علاوہ سب اشیاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس دیں۔ اس سفوف کو ململ کے کپڑے سے چھان کر اس کا غبار بنالیں۔ جب تمام سفوف مانند غبار حاصل ہوجائے تو اس کا وزن کیجئے۔ اس کے بعد اس میں دوگنا وزن برابر شہد ملا کر اچھی طرح حل کردیں اور باقی اجزاء ڈال کر معجون بنالیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا نہایت طاقت ور ہوتی ہے اس کے استعمال کرنے سے بار بار پیشاب کرنے کی الجھن پر کافی حد تک قابو پایا جاسکتا ہے۔ یہ مثانہ کو تقویت دیتی ہے اور اس کے فعل کو مضبوط بناتی ہے۔ اس دوا کی مقدار خوراک ایک تولہ صبح و شام استعمال کیجئے۔ اگر اس کے ہمراہ دودھ بھی استعمال کیا جائے تو زیادہ مفید رہتا ہے۔

پانچواں نسخہ:

ہوالشافی: مغز اخروٹ تین گری بریاں شدہ- شہد ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: مغز اخروٹ کو باریک پیس کر اس کا سفوف شہد میں شامل کردیں۔

طریقہ استعمال: تین روز تک متواتر یہ دوا کھائیں، گردے پر ہونے والے ذیابیطس کے بد اثرات دور ہوتے ہیں اور درد گردہ میں بھی افاقہ ہوتا ہے۔

ذیابیطس کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: کلونجی 13 گرام، حب الرشاد سوا گرام، مر آدھا سوا گرام، چھلکا انار آدھا سوا گرام۔

ترکیب ساخت: تمام ادویہ کو خوب باریک کرلیں اور اچھی طرح ملالیں۔

Scanned with CamScanner

ترکیب استعمال: صبح نہار منہ نصف چمچہ اور رات کو سونے سے قبل نصف چمچ۔ یہ کورس ایک ماہ کا ہے۔

ہوالشافی: سفوف کلونجی ایک کپ، مرۃ ایک چمچ، حب الرشاد نصف کپ، سفوف قشر انار ایک کپ، حلتیت ایک چھوٹا چمچ، دودھ 1 تولہ۔

ترکیب ساخت: تمام ادویہ کو مکس کر کے دودھ میں شامل کر لیں۔

ترکیب استعمال: ایک چمچہ نہار منہ روزانہ استعمال کریں۔

زیادتی شکر کے لئے نسخہ کلونجی:

ہوالشافی: تخم کلونجی ایک تولہ، تخم میتھی نصف تولہ، تخم کاسنی نصف تولہ کو پیس کر سفوف بنالیں۔ پھر تین تین ماشہ کی مقدار صبح وشام 6 قطرے روغن کلونجی شامل کر کے کھائیں۔ یہ نسخہ ایک ہفتہ کے استعمال سے شکر آنا بند کر دیتا ہے اور ایک دو ماہ کے مسلسل استعمال سے مکمل شفاء حاصل ہو جاتی ہے۔

شوگر کے کنٹرول کے لئے نسخہ ہائے کلونجی:

ہوالشافی: ایک کپ کلونجی، ایک کپ رائی، آدھا کپ انار کا چھلکا اور آدھا کپ پٹ (پاپڑی) یا شاہترہ ملا کر باریک پیس لیں۔ ایک ماہ تک روزانہ آدھا چمچہ اس آمیزے کا ایک چمچہ کلونجی آئل کے ساتھ نہار منہ لیں۔ ذیابیطس کنٹرول میں رہے گی۔

ہوالشافی: کلونجی کا دانہ ایک تولہ، کاسنی اور میتھی کا دانہ آدھ آدھ تولہ ملا کر پیس کر رکھ لیں۔ تین تین ماشہ صبح وشام 4 قطرے کلونجی کے تیل کے ساتھ کھائیں اور سات دن میں ایک بار 5 تولہ سبز کریلے کا پانی 5 قطرے کلونجی کے تیل کے ساتھ ملا کر پئیں۔

ہوالشافی: البان حلتیت خالص، مرکی تین تین گرام لے کر ڈیڑھ پیالی پانی میں جوش دے کر چھان کر صبح نہار منہ اور رات کو سونے سے قبل استعمال کریں تو یقیناً کامیابی سے ہمکنار ہوں گے۔

☆☆☆

مختلف بیماریوں میں کلونجی کی افادیت

بچھو کے کاٹے کے لئے:

ہوالشافی: سوا ماشہ تک کلونجی کا استعمال کرنے سے بچھو کے کاٹے کو مفید ہے۔

تمام امراض سے بچاؤ کے لئے:

ہوالشافی: ایک چمچہ کلونجی آئل، شہد ایک کھانے کے چمچے کے ساتھ روزانہ صبح استعمال کرنے کو اپنا معمول بنا لینے سے آپ اپنے آپ کو مکمل صحت مند محسوس کریں گے اور انشاء اللہ زندگی بھر کسی ڈاکٹر کے پاس نہیں جائیں گے۔

جملہ امراض کے لئے مجرب علاج:

ہوالشافی: زیتون کا تیل 10 تولہ، شہد 10 تولہ، کندر، کلونجی کا تیل۔ ہر ایک 1 تولہ

ترکیب استعمال: یہ مریض کو پلائیں اور باقی دن اس کے بعد ٹھنڈا پانی نہ پینے دیں۔ ہر مرض کے لئے نافع ہے۔ مثلاً وجع المفاصل، خدر، فالج، شہوت لانے میں مجرب ہے۔

چھالوں کے لئے:

ہوالشافی: چھالے نکلنے پر روغن زیتون لگائیں یا دیسی گھی میں پیاز جلا کر لگائیں یا انڈوں کا تیل لگائیں۔ پھر کرشمہ قدرت دیکھیں۔

دردسر (پرانا بلغمی) کا علاج:

ہوالشافی: صبح شام کلونجی پاؤڈر 2 گرام نیم گرم پانی کے ہمراہ بعد از غذا حب کبد نوشادری 2,2 عدد۔ رات کو سوتے وقت اطریفل اسطوخودوس 6 گرام۔

Scanned with CamScanner

زہریلے کیڑوں کو بھگانے کے لئے:

ہوالشافی: اگر کلونجی کے دھواں سے مکان کو دی جائے تو زہریلے کیڑے بھاگ جاتے ہیں۔

سردی کا علاج:

ہوالشافی: زیرہ، کلونجی، حب الرشاد، عصارہ پیازہ اور چینی کو مکس کر کے نہار منہ کھائیں۔ شفاء ہوگی۔

سرطان "کینسر" کے مریضوں کے لئے:

کینسر زدہ مریض اپنی خوراک میں مندرجہ ذیل اشیاء کا استعمال کرتے رہیں۔ انشاء اللہ وہ سکون میں رہیں گے اور کینسر کو کسی حد تک فائدہ رہے گا۔ جدید تحقیقات کی روشنی میں ذیل کی اشیاء سرطانی مریضوں کو فائدہ کرتی ہے۔

ہوالشافی: ہلدی، کلونجی، دیسی اجوائن، ٹماٹر، مٹر، کالی مرچ، چونے کا پانی (لائم واٹر)، ملٹھی مرجان ان کو استعمال کرانے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ سالن میں ہی یہ چیزیں حسب ضرورت شامل کر لی جائیں جبکہ کلونجی صبح نہار منہ چند دانے کھالئے جائیں۔

ہوالشافی: روغن کلونجی، سفوف کلونجی، گاجر کا جوس۔ ان تین ادویہ کو لے کر گاجر کے جوس کے ساتھ سفوف کلونجی کو مکس کریں۔

ترکیب استعمال: روغن شونیز متاثرہ جگہ پر لگائیں اور سفوف کلونجی سفوف شدہ ایک کپ پانی کے ساتھ دیں اور شافی مطلق سے امید شفاء رکھیں۔

ہوالشافی: پیاز، لہسن، گاجر کا جوس، سفوف کلونجی۔

ترکیب تیاری: گاجر کے جوس کے علاوہ تمام ادویہ کو مکس کریں۔

ترکیب استعمال: اور ایک چمچہ چائے والا صبح وشام گاجر کے جوس کے ہمراہ لیں۔

عرق کلونجی بنانا:

ہوالشافی: کلونجی آدھا کلو، تازہ پانی 4 کلو۔ قرح انبیق کی مدد سے معروف طریقہ سے عرق کشید کرلیں یا کسی طبیب یا عرق کشید کرانے والے سے کشید کرالیں۔

فشار خون:

ہوالشافی: جب بھی کوئی گرم مشروب پئیں۔ اس میں ایک چمچ کلونجی آئل ملالیں اور روزانہ نہار منہ دو خوشے لہسن بھی کھائیں۔ ہر تیسرے دن اپنے بدن پر کلونجی آئل ملیں اور آدھا گھنٹہ دھوپ سینکیں۔ یہ عمل ایک ماہ تک دہرائیں۔

کوڑھ اور جذام:

ہوالشافی: 15 دن تک متاثرہ حصے پر سرکہ ملیں اور کلونجی آئل لگائیں۔

گھر سے کیڑے مکوڑوں کو بھگانا:

ہوالشافی: کلونجی، اسپند اور صعتر باہم ملا کر ان کی دھونی گھر میں دی جائے۔ اس سے کیڑے مکوڑے دور بھاگ جاتے ہیں۔

مرگی کے لئے:

ہوالشافی: سات چار سو گرام سرسوں کے تیل میں 60 گرام کوٹے ہوئے لہسن کا پانی ملا کر آگ پر پکائیں۔ جب سارا لہسن کا پانی تیل میں جائے تو تیل سنبھال کر رکھ لیں۔ رات کے وقت کلونجی کا تیل اور لہسن والا سرسوں کا تیل برابر ملا کر متاثرہ حصے کی مالش کریں۔

متلی اور قے کے لئے:

ہوالشافی: سرکہ سیب 100 گرام، شکر 200 گرام، کلونجی کا تیل 10 قطرے شامل کر کے مریض کو چٹائیں۔ انشاء اللہ متلی اور قے فوراً بند ہو جائے گی۔

ہوالشافی: لوبان ذکر، کلونجی، زیتون کا تیل۔

ترکیب تیاری: کلونجی اور لوبان ذکر کو باریک پیس کر خوب مکس کرلیں۔

ترکیب استعمال: زیتون کے تیل سے پیٹ پر مالش کریں۔

ہوالشافی: خالص فروٹ کا سرکہ 100 گرام، شکر 200 گرام، کلونجی کا تیل 8 قطرے ملا کر چاٹتے رہنے سے متلی اور قے بند ہو جاتی ہے۔

Scanned with CamScanner

هوالشافی: پسی ہوئی لونگ اور ایک چمچ کلونجی آئل پودینے کے جوشاندے میں دن میں تین بار استعمال کریں۔ (ایک سے دو دن تک)

معجون المنقّی:

کھانسی، بخار، سینے کے درد اور خفقان، متلی سدوں کے تحلیل، جگر اور طحال اسہال، سانس کی تنگی، رحم کے درد اور مقعد میں درد رطوبات کی خشکی اور نزلات کو روکنے کی لئے مفید چیز ہے۔

هوالشافی: حرمل 10 تولہ 6 ماشہ، زاروند، راوند بیس درہم، لبان مصطگی، سنبل طیب، حب بلسان، زعفران، اکیل الملک۔ ہر ایک 3 تولہ 4 ماشہ۔ افیون، زنجبیل، قسط مر، سلیخہ، قرنفل، حربق، گلاب، کلونجی، سعد۔ ہر ایک 2 تولہ۔ زرنباد، درونج۔ ہر ایک 3 تولہ 4 ماشہ۔ صبر 4 تولہ 6 ماشہ۔

ترکیب تیاری: شہد حسب ضرورت ملا کر مرتبان میں محفوظ کرلیں۔ چھ ماہ سے قبل استعمال نہ کریں۔

مقدار خوراک: 3 ماشہ رات کو سونے سے پہلے، گرم مزاج کے حامل افراد دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

موٹاپے کا علاج:

هوالشافی: لیموں کا رس لے کر اس میں 5 قطرے روغن کلونجی پانی میں ملا کر پی لیا کریں۔ کھانا بہت کم کھلائیں اور قبض بھی نہ ہونے دیں۔ یہ دوا روزانہ دن میں تین یا چار بار کھائیں۔

هوالشافی: کلونجی 100 گرام، اجوائن دیسی 200 گرام، زیرہ سفید 200 گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو خوب باریک پیس لیں۔

مقدار خوراک: 3,3 گرام صبح شام نیم گرم پانی کے ساتھ۔

نوٹ: یہ نسخہ ہم وزن مقدار سے بھی تیار کیا جا سکتا ہے مگر اس صورت میں سکنجبین کے ہمراہ کھلایا جاتا ہے۔

هوالشافی: لاکھ عمدہ 50 گرام، کلونجی 50 گرام، زیرہ سیاہ اعلیٰ قسم کا 50 گرام۔ تمام ادویہ کو باریک کوٹ کر سفوف تیار کریں۔ پھر بڑے سائز کے کیپسول میں بھر لیں۔ صبح دوپہر ایک کیپسول تازہ پانی سے استعمال کرائیں۔

مختلف بیماریوں میں شہد کی افادیت

شہد اور امراضِ ناک

ناک انسانی جسم کا سب سے اہم حصہ ہے کیونکہ ہم اس سے سانس لیتے ہیں، جسم انسانی کو اس زمین پر جس چیز کی سب زیادہ ضرورت ہے وہ آکسیجن ہے اور یہ عنصر ہمارے جسم میں ناک کے ذریعے ہی داخل ہوتا ہے۔ یاد کیجئے کہ جب زکام کی وجہ سے ناک میں بندش ہو اور سانس لینا دوبھر ہو تو اس کے ساتھ ہمیں اپنا دم گھٹتا ہوا بھی محسوس ہوتا ہے۔ ناک جہاں نظام تنفس کا ایک ذریعہ ہے، وہیں اس میں ایک خصوصیت یہ بھی ہے جسے ہم ''حس شامہ'' کہتے ہیں۔

ناک کی طرف سے غفلت برتنے سے ناک کی اندرونی غشائے مخاطی میں ورم ہو جاتا ہے اور ناک بند ہو کر رہ جاتی ہے اس لئے ہمیں نیم گرم نمک آمیز پانی سے ناک کی صفائی کرنا چاہئے۔ ایسے میں شہد کی بوندیں ناک میں ٹپکانے سے بھی مرض میں فائدہ ہوتا ہے۔ ناک کے امراض میں نزلہ وزکام زیادہ معروف وعام ہیں۔

نزلہ وزکام کیا ہوتا ہے؟

یہ شکایت اکثر وبیشتر ضعف اعصاب کی وجہ سے ہی ہوتی ہے۔ اعصاب کی جانب مخاطی رطوبات کا اخراج اگر ناک کی جانب ہو تو اس کو ''زکام'' کہا جاتا ہے اور اگر ان کا رُخ حلق کی جانب ہو تو اسے ''نزلہ'' کہتے ہیں۔ ماحول کی آلودگی اور آب و ہوا میں عناصر کی مقدار کی کمی بیشی کے باعث ناک اور حلق کی غشائے مخاطی کی قوت مدافعت کم پڑ جاتی ہے اور معمولی اسباب سے متاثر ہو کر یہ تکلیف بار بار ہوتی ہے اور اگر کچھ مناسب تدارک نہ کیا جائے تو یہ کچھ عرصہ کے بعد ناک اور حلق کے غدود مرض میں مبتلا ہو کر دائمی شکایت پیدا کرتے ہیں۔ اس ضمن میں حکماء واطباء مریض کو سوڈا یا نمک اور بورہ ارمنی کی پچکاری اور غرغرہ کی ہدایت کرتے ہیں۔

Scanned with CamScanner

زکام اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص پانچ تولہ- پیاز کا پانی پانچ تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو باہم ملا کر اچھی طرح پھینٹ لیں اور کسی ٹھنڈی اور سایہ دار جگہ پر رکھیں۔ دوران مرض دوا ہمیشہ تازہ بنا کر استعمال کریں۔

طریقہ استعمال: جب آپ کو زکام کی تکلیف لاحق ہو جائے تو خاص احتیاط برتئے کیونکہ یہ مرض بہت جلد دوسرے کو لگتا ہے۔ زیادہ بہتر ہوگا کہ آپ اپنے کمرے تک ہی محدود رہیں، بعض دفعہ رگوں کی زائد چکنائی کی وجہ سے سختی پیدا ہوتی ہے جو کہ بالآخر زکام کا باعث بنتی ہے۔ اسی قسم کی بیماری کا اثر دماغی شریانوں کو ہوتا ہے۔ ایسی حالت میں شہد اور عرق پیاز کے مرکب کو دن میں پانچ مرتبہ استعمال کریں۔ اگر زکام عرصہ سے لاحق ہو تو یہ دوا کم از کم دو ماہ تک جاری رکھیں۔

سردی کے نزلہ وزکام اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص دو تولہ- عرق ادرک چھ ماشہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء باہم ملالیں اور اچھی طرح یکجان کریں۔

طریقہ استعمال: یہ سردی سے ہونے والے نزلہ وزکام میں بہترین و مجرب ہے۔ دوا کا 1/2 تولہ لے کر نیم گرم پانی کے ساتھ اسے استعمال کریں دن میں تین مرتبہ استعمال کرنے سے مرض جلد رفع ہو جاتا ہے۔

نزلہ وبائیہ (انفلوئنزا) کیا ہوتا ہے؟

یہ ایک شدید قسم کا نزلہ ہوتا ہے اور پلیگ (طاعون) کی طرح کبھی کبھی پھیلتا ہے۔ اس مرض کے حملے کے بعد شروع شروع میں مریض کی اعضاء شکنی ہوتی ہے اور دماغ کو بھاری پن کی شکایت لاحق ہوتی ہے۔ حلق وناک میں شدید سوزش اور آنکھوں میں تلخی محسوس ہوتی ہے۔ چھینکوں کا سلسلہ بڑھ جاتا ہے اور خفیف لرزہ کے ساتھ بخار طاری ہو جاتا ہے۔ حملہ شدید ہونے کی صورت میں مذکورہ بالا عوارض شدت سے رونما ہوتے ہیں اور ذرا سی بے احتیاطی سے یہ

نمونیا کی شکایت میں بدل جاتا ہے۔ اس مرض کی حالت میں شہد کا متواتر استعمال کرنا بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔

مرض نزلہ بلغمی اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: عرق لیموں دو تولہ- شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: لیموں کا رس اگر تازہ ملے تو نہایت مفید ہے، اس رس کو شہد میں اچھی طرح ملائیں اور کھلے برتن میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: دن میں تین بار 1/2 تولہ چٹائیں، اگر مرض کی شدت زیادہ ہو تو چار سے پانچ مرتبہ استعمال کیجئے۔ اگر اس کے ہمراہ دو چمچے نیم گرم پانی بھی شامل کر لیا جائے تو جلد آرام آتا ہے۔

مرض نزلہ بادیہ اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: اجوائن خراسانی دو تولہ- زعفران ایک تولہ- فلفل گرد ایک تولہ- دار چینی ایک تولہ- عاقر قرحا چھ ماشہ- مصطگی چھ ماشہ- دار فلفل تین ماشہ- قرنفل تین ماشہ- جائفل ایک عدد- شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں اور پھر شہد میں اچھی یکجان کر دیں۔ اس دوا کو صاف ستھرے جار میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: بوقت استعمال اسے نکال کر معتدل ہونے دیں جب وہ ابھی سی ٹھنڈی رہ جائے تو اس کی تین ماشہ کی خوراک دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔ یہ نزلہ بارد اور سرفہ کھانسی میں نہایت مفید وفرحت افزا ہے اس کے علاوہ یہ دماغ اور پھیپھڑوں کو بھی تقویت دیتی ہے۔

شہد اور ہمارے دانت

دانتوں کے ذریعے ہم غذا کو چباتے ہیں اور پھر نگلتے ہیں، ہم میں اکثریت ایسے لوگوں

Scanned with CamScanner

کی ہے جو کہ اپنے دانتوں کی جانب سے ابھی تک غافل ہیں۔ وہ لوگ اس نعمت خداوندی کی حفاظت میں پرانے طریقوں پر کاربند ہیں جو کہ اب جدید تحقیق کے مطابق متروک قرار دیے جا چکے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بہت سارے لوگ دانتوں کے امراض میں مبتلا ہیں۔ اگر دانتوں کی روزانہ صفائی نہ کی جائے تو ان میں ایسے جراثیم پیدا ہوتے ہیں جو کہ نہ صرف دانتوں کی عمر کم کردیتے ہیں بلکہ وہ غذا کے ذریعے معدے میں پہنچ کر کئی دیگر امراض کا بھی سبب بنتے ہیں۔ دانتوں کی عام بیماریوں میں مسوڑھوں کی تکالیف، درد اور کیڑے کے لگ جانے کا امکان ہوتا ہے۔ دانتوں کی اہمیت کا اندازہ اس بات سے لگائے کہ اگر ایک دانت بھی خراب ہو جائے تو وہ تمام جسم کے لئے بیماری کا مرکز بن جاتا ہے۔

جدید میڈیکل سائنس کے مطابق بچوں میں دودھ کے مکمل دانتوں کی تعداد بیس ہوتی ہے۔ آہستہ آہستہ ان دانتوں کی جگہ مستقل دانت لیتے جاتے ہیں جب یہ دانت مکمل ہو جاتے ہیں تو ان کی تعداد بڑھ کر بتیس ہو جاتی ہے۔ عام طور پر والدین اپنے چھوٹے بچوں کے دانتوں کا بالکل خیال نہیں رکھتے ہیں کہ یہ عارضی دانت ہیں ان کی جگہ جب مستقل دانت نکلیں گے تو دیکھا جائے گا لیکن والدین کی یہ غفلت ایک ایسی غلطی ہے جس کا خمیازہ آگے چل کر ان کے بچوں کو بھگتنا پڑتا ہے۔ محض اتنا کافی نہیں ہے کہ آپ اپنے بچوں کو بے بی برش سے دانت کرنا سکھا دیں۔ اسے صحیح قسم کی خوراک کھلانا بھی آپ کی ہی ذمہ داری ہے۔ آپ یہ بخوبی جانتے ہیں کہ زیادہ میٹھا کھلانا ان کے دانتوں کی صحت کے لئے بے حد خطرناک ہوتا ہے، میٹھی اور نشاستہ دار غذائیں دانتوں کے لئے ہمیشہ مضر ثابت ہوتی ہیں۔ کسی حادثاتی وجہ کے علاوہ دودھ کے دانتوں کا اس وقت تک برقرار رہنا بے حد ضروری ہوتا ہے۔ جب تک کہ ان کی جگہ مستقل دانت نہیں لے لیتے ہیں۔ اگر کسی وجہ سے دودھ کا دانت ضائع ہو جائے تو اس کے قریب واقع دوسرے دانت اس خلاء کو پر کرنے کے لئے کوشش کرتے ہیں اور اس کی جگہ پر قابض ہو جاتے ہیں۔ اس عمل کے باعث اکثر چہرے کی خوبصورتی متاثر ہو جاتی ہے اور آئندہ نکلنے والے دانت بھی ٹیڑھے میڑھے اور غلط ترتیب سے نکلتے ہیں۔ اگر دانت صحیح ترتیب سے نہ نکلیں تو خوراک کو چبانے کی استعداد بھی متاثر ہوتی ہے۔

ہزاروں سال پہلے کے لوگ تو کبھی برش نہیں کرتے تھے اس وقت برش، ٹوتھ پیسٹ کا

تصور تک نہیں تھا بلکہ سادہ مسواک تک کا بھی خیال نہیں پایا جاتا تھا۔ لیکن اس کے باوجود ان کے دانت طویل مدت تک برقرار رہتے تھے اور ان کی مضبوطی پر آنچ تک نہیں آتی تھی۔ اس کی وجہ کیا تھی؟...... اس کی وجہ صرف یہ تھی کہ وہ لوگ کچی سبزیوں اور پھلوں کا استعمال کثرت سے کرتے تھے۔ دانتوں کے امراض دراصل تہذیب نو کی پیداوار ہیں آج بھی ایشیا اور افریقہ میں غیر متمدن قبائل ہیں جہاں تہذیب جدید کی کرنیں ابھی تک نہیں پہنچیں، ان لوگوں کے دانت بالکل صحیح اور تندرست ہیں۔

جدید میڈیکل سائنس کی تحقیق کے مطابق یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ دانتوں میں خرابی پیدا کرنے والا بیکٹیریا ایک خاص قسم کا جرثومہ ہوتا ہے جو کہ نشاستہ دار اشیاء یا چینی میں خمیر پیدا ہونے کے کیمیائی عمل سے وجود میں آتا ہے اور ایک طاقت ور تیزابی مادہ لیکٹک ایسڈ کی پیداوار کا ذمہ دار بنتا ہے۔ یہی وہ مادہ ہوتا ہے جو کہ دانتوں کی بوسیدگی کا باعث بنتا ہے، ہمارے دانتوں کی بیرونی سطح پر ایسے چھوٹے چھوٹے گڑھے پائے جاتے ہیں جو عام طور پر دکھائی نہیں دیتے ہیں جب ہم خوراک کھاتے ہیں تو اس کے باریک ذرات ان گڑھوں میں اٹک کر رہ جاتے ہیں۔ پھر لعاب دہن کے ساتھ ملنے پر ان کا خمیر بننے کا عمل شروع ہوتا ہے اور ایسے مادے وجود میں آجاتے ہیں جو کہ ہمارے دانتوں کے اینمل پر اثر انداز ہوتے ہیں یوں عمل بوسیدگی کا آغاز ہوتا ہے۔ انسان کے جسم کی خوراک میں لحمیات کا اس لئے ہونا ضروری ہے کہ جسم کی نشوونما اور خلیوں کی ٹوٹ پھوٹ کی مرمت ہوتی رہے۔ نشاستہ دار غذائیں جسم انسانی کو حرارت اور توانائی فراہم کرتی ہیں، چکنائی سے اعصاب کی نشوونما ہوتی ہے، معدنی نمکیات اور حیاتین سے نہ صرف ہڈیاں اور دانت تشکیل پاتے ہیں بلکہ ان کی عدم موجودگی میں دیگر تمام غذاؤں کے فوائد بھی محدود ہو جاتے ہیں۔

سفید چینی کی جگہ اگر گڑ یا گنے کے رس کو استعمال کیا جائے تو عمدہ اور خوشگوار نتائج ملتے ہیں جبکہ شہد کا استعمال کرنا سب سے بہترین تسلیم کیا گیا ہے جدید ماہرین غذا اس بات پر متفق ہیں کہ اگر ہم مصنوعی مٹھاس (سفید چینی) کی جگہ شہد اور گنے کے رس کو اپنا لیں تو ہم میں بیماریوں کی پیدائش کا تناسب صفر کے پاس آجائے گا۔ نزلہ زکام کی کثرت، ترش اشیاء کا زیادہ استعمال، تمباکو نوشی، تیز مرچ مصالحہ کا کثیر استعمال، حد سے زیادہ گوشت خوری، کھانا کھانے

Scanned with CamScanner

کے بعد دانتوں کا صاف نہ کرنا، زیادہ گرم یا ٹھنڈا کھانا، سرد پانی کا کثیر استعمال، بعض ادویہ جن میں پارہ یا اس کے مرکبات ہوں، سوء ہضمی اور بعض دماغی امراض وغیرہ دانتوں میں کیڑا لگنے، دانتوں میں درد، مسوڑھوں کی سوجن اور ٹھنڈا گرم لگنے کے امراض کا باعث بنتے ہیں۔ کبھی کبھار یہ شکایت اس قدر بڑھ جاتی ہے کہ دانتوں سے پیپ یا خون آنا شروع ہو جاتا ہے۔ مسوڑھوں میں پیپ پڑنے سے ایک طرف دانتوں میں شدید درد کا سامنا ہوتا ہے تو دوسری طرف منہ سے ناگوار بدبو نکلتی ہے۔ رفتہ رفتہ یہ عمل ریاحی دردوں پر موقوف ہو جاتا ہے۔ دفعتہً کسی صدمہ یا حادثہ کے باعث دانت کا ٹوٹ جانا یا مسوڑھوں کی کسی رگ کے کھلنے سے یا دانتوں کے لگاتار ہلنے سے خون جاری ہو جاتا ہے۔ اس کے اسباب مسوڑھوں کی کمزوری بیان کیا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ خون میں غیر معمولی رقت پیدا ہو جانے کے باعث بھی دانتوں میں خون بہنے لگتا ہے۔ شریانوں کی خشکی بھی اس مرض کا باعث بنتی ہے۔ دانتوں کی بیماریوں سے بچاؤ کے لئے حکماء واطباء نے جو نسخے تجویز کئے ہیں ان میں چند نسخے آپ کی خدمت میں ذیل پیش ہیں۔

دانت درد اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: پھٹکری بریاں ایک تولہ- مرچ سیاہ تین ماشہ- سرکہ عمدہ دو تولہ- شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: پھٹکری اور مرچ سیاہ کو ہاون دستے میں ڈال کر باریک پیس لیں۔ شہد اور سرکہ کو باہم ملا کر مرکب بنالیں۔ اس کے بعد سفوف کو اس میں اچھی ملا کر یکجان کر دیں اور کسی صاف ستھری شیشی میں بھر کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: بوقت ضرورت اس معجون میں انگلی بھر کر دانتوں اور مسوڑھوں پر اچھی طرح لیپ کر کے کچھ دیر کے لئے چھوڑ دیں، لعاب نکلے تو اسے منہ سے گراتے رہیں، چند منٹ کے بعد اس لیپ کو دانتوں پر اچھی طرح رگڑ کر کلی کر لیں۔ اس دوا سے دانت میں اُٹھنے والا درد چند دن میں ہی ختم ہو جائے گا اور دانتوں کے ہلنے، کرم دانت، داڑھ درد، پائیوریا وغیرہ میں بھی یہ دوا قابل مستعمل اور مفید ہے۔

ہلتے دانت اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: پھٹکری ایک تولہ- سرکہ دو تولہ- شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: پھٹکری کو باریک پیس کر شہد اور سرکہ میں ملا کر کسی قلعی دار برتن میں ڈالیں اور دھیمی آنچ پر پکائیں، جب یہ گاڑھے قوام میں تبدیل ہو جائے تو اسے اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور صاف شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: اگر دانتوں میں ہلنے کی شکایت پائی جائے تو یہ دوا بطور منجن دن میں ہر کھانے کے بعد استعمال کی جائے، دوا کو کچھ دیر تک دانتوں پر لگا رہنے دیں تاکہ یہ جذب ہو کر اپنے اثرات مرتب کر سکے۔ اس کے چند ہی دن کے استعمال سے مرض میں افاقہ ہوگا اور دانت مضبوط ہو جائیں گے۔

مسوڑھوں کا خون اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص ایک تولہ- سرکہ انگوری ایک تولہ- نمک لاہوری ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزا، کو کسی صاف برتن میں ڈال کر اچھی طرح باہم ملا کر معجون بنالیں اور اسے صاف شیشی میں سنبھال رکھیں۔

طریقہ استعمال: اگر دانتوں پر میل کچیل کی تہہ چڑھی رہتی ہے صاف کرنے سے بھی نہیں صاف ہوتے۔ مسوڑھوں میں درد رہتا ہو، منہ میں خون آجائے تو اس دوا کا استعمال کریں۔ یہ ان تمام امراض کا تیر بہدف علاج ہے، اسے چند منٹ تک دانتوں پر لگائیں رکھیں تاکہ یہ اپنے اثرات قائم کر سکے۔

شہد اور منہ کی حفاظت

زبان سے ہم مختلف انواع کے لذیذ کھانوں کا لطف اٹھاتے ہیں، بھانت بھانت کے مزے محسوس کرتے ہیں، چٹخارے لیتے ہیں، اور قدرت کی بخشی ہوئی اس نعمت کا شکر ادا کرتے ہیں۔ زبان کس قدر اہم اور قیمتی عضو ہے اس کا اندازہ تو آپ کو ہوگا۔ مناسب یہی ہے زبان کی حد درجہ حفاظت کی جائے، اسے اچھی باتوں کے لئے کھولا جائے اور کھانا تحمل اور اطمینان سے کھائیں تاکہ زبان دانتوں تلے آکر کٹ نہ جائے۔ بعض اوقات جگر کی خرابی سے زبان پہ چھالے پڑ جاتے ہیں ان پر توجہ دیجئے، زبان کے ساتھ ساتھ جگر کی بھی اصلاح کیجئے۔ شہد اور

Scanned with CamScanner

زبان کا تعلق ایسا ہے کہ جیسے خوراک کا منہ سے۔ حلق میں کسی قسم کی خرابی ہوجائے یا آپ کی لاپرواہی سے گلا بیٹھ جائے تو اس وقت آپ کو اپنی غفلت کا پورا پورا احساس ہوتا ہے لیکن جونہی آپ اس مصیبت سے نجات پاتے ہیں تو آپ اس جانب سے دوبارہ نگاہیں پھیر لیتے ہیں اور ان اسباب کو دوہراتے ہیں جن سے دوبارہ آواز اور حلق دونوں متاثر ہوتے ہیں۔ آواز بیٹھنے کی وجوہ میں چکنائی کا حلق کی ڈوریوں پر جم جانا اور ان کی حرکت کو متاثر کرنا، بلغم کا بڑھ جانا اور حد سے زیادہ چیخنا چلانا بیان کیا جاتا ہے۔ اسی طرح حلق میں خشکی کے پیدا ہونے سے کھانسی کا مرض لاحق ہوتا ہے اکثر کھانسی عموی ہوتی ہے جس کی منزل حلق تک ہی محدود ہوتی ہے جبکہ کھانسی کی دیگر قسمیں پھیپھڑوں سے جنم لیتی ہیں اور ہدف حلق بنتا ہے، خراش اور اکثر زخم بن جاتے ہیں۔ اگر گلا دکھ رہا ہو تو کھانا پینا دشوار ہوجاتا ہے اور بولنے کو دل ہی نہیں چاہتا۔ ایسے میں کرشمہ ساز شہد کا استعمال کیجئے۔

حلق کی سوزش اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: گائے کا دودھ ایک گلاس۔ شہد ایک تولہ۔ گلیسرین 1/2 تولہ۔

طریقہ تیاری: دودھ کے گلاس میں دونوں اجزاء ڈال کر اچھی طرح پھینٹیں اور نیم گرم حالت میں استعمال کریں۔

مقدار خوراک: دن میں چار مرتبہ یہ نسخہ آزمایئے اور اس نیم گرم دودھ کو چائے کی طرح چسکیاں لے کر پئیں، گلے و حلق کی سوزش دور ہوجائے گی۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص چھ تولہ۔ دارچینی ایک تولہ۔ کالی مرچ چھ ماشہ۔

طریقہ تیاری: دارچینی اور کالی مرچ کو باریک پیس کر شہد میں ملا دیں اور خوب پھینٹ کر یکجان کریں اس کے بعد اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں یہ سادہ سی مگر بے حد لذیذ چٹنی بن جائے گی۔

مقدار خوراک: اس دوا کو دن میں کئی بار چھ ماشہ کی مقدار میں چاٹئے۔ اس سے بیٹھی ہوئی

آواز درست ہوجاتی ہے اور سوزش حلق میں افاقہ ہوتا ہے۔ یہ دوا عام دنوں میں بھی قابل مستعمل ہے مگر اسے زیادہ مقدار میں نہ استعمال کریں۔ یہ دوا سینے پر جمے ہوئے بلغم کو بھی اکھاڑتی ہے اور خارج کرتی ہے۔

حلق کا ورم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ پانی ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: پانی کسی برتن میں ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں ایک جوش آجائے تو اتار کر ٹھنڈا کریں، جب نیم گرم ہو تو اس میں شہد ملا کر اچھی طرح حل کریں۔

مقدار خوراک: اس پانی سے دن میں چار مرتبہ غرغرے کریں، یہ آواز کے بیٹھ جانے، حلق کے ورم اور سوزش میں نہایت مفید و مجرب ہے۔

حلق کے جملہ امراض اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مرچ سیاہ ایک تولہ۔ ہینگ ایک تولہ۔ رائی ایک تولہ۔ زعفران ایک رتی۔ شہد خالص 1/2 پاؤ۔

طریقہ تیاری: شہد اور زعفران کے علاوہ سب اشیاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں، اس سفوف کو شہد میں زعفران کے ہمراہ ڈال کر اچھی طرح پھینٹیں۔ جب سب یکجان ہوجائیں تو کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا عام دنوں میں بھی استعمال کی جاسکتی ہے۔ ایام مرض یعنی آواز جب بیٹھی ہو تو اسے چھ ماشہ کی مقدار میں لے کر آہستہ آہستہ چاٹئے۔ اس سے حلق کے جملہ امراض میں افاقہ ہوتا ہے۔ یہ صحۃ الصوت کو دور کرتا ہے اور آواز کھل جاتی ہے۔

حلق کا زخم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: برگ چنبیلی دو تولہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔ پانی ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: برگ چنبیلی کو پانی میں ڈال کر جوش دیں جب دو ایک جوش آجائیں تو اسے اتار کر نیم گرم حالت میں اس میں شہد ملا دیں اور اچھی طرح حل کردیں۔

Scanned with CamScanner

مقدار خوراک: اس پانی سے دن میں تین مرتبہ حلق اور گلے کے غرغرے کریں زخم ہونے کی صورت میں دن میں پانچ مرتبہ غرغرے کرنا بہتر رہتا ہے۔ دو دن میں ہی تمام عوارض ختم ہو جائیں گے اور کھانا پینا آسان ہو جائیگا۔

حلق کی سوزش و ورم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ آٹے کا چھان دو دو تولہ۔ پانی ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: پانی کو کسی برتن میں ڈال کر چولہے پر رکھ دیں اور اس میں آٹے کا چھان ملا دیں جب ایک دو جوش آجائیں تو اسے اتار دیں اس میں نیم گرم حالت میں شہد اچھی طرح یکجان کر کے ملا دیں۔

مقدار خوراک: اس اپنی سے دن میں تین مرتبہ غرغرے کریں تمام مرض ختم ہو جائے گا۔ یاد رہے کہ یہ پانی صرف ایک بار کے غرغروں کے لئے ہے۔

حلق کا بلغم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ ملٹھی ایک تولہ۔ نوشادر 1/2 تولہ۔

طریقہ تیاری: نوشادر کو اچھی طرح باریک پیس لیں اس میں ملٹھی ڈال کر شہد میں ملا دیں اور خوب پھینٹ کر یکجان کریں، یہ معجون بن جائے گا اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: عام دنوں میں اس دوا کا استعمال کیا جا سکتا ہے یہ مرض نہ ہونے پر بھی حلق کے عوارض کی اصلاح کرتی ہے۔ دن میں چار مرتبہ چھ چھ ماشہ کی مقدار میں اسے ستی سے چاٹئے۔ اس سے حلق میں جمے ہوئے بلغم کا اخراج ہوگا اور سانس لینے میں آسانی ہوگی۔ اس کے علاوہ یہ حلق کی جلن اور دشواری میں بھی مفید و مجرب ہے۔

درد حلق اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ عرق لہسن دو تولہ۔ زعفران ایک رتی۔

طریقہ تیاری: تمام اشیاء کو باہم ملا کر اچھی طرح یکجان کریں اور کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ

رکھ لیں۔

مقدار خوراک: یہ ایام مرض کی دوا ہے اسے اس وقت استعمال کریں جب حلق میں درد پیدا ہو اور کھانا پینا مشکل ہو جائے، ایسے میں چھ ماشہ کی مقدار میں یہ دوا آہستہ آہستہ چاٹئے۔ کوشش کیجئے کہ دوا زیادہ دیر تک منہ میں رہے یعنی فوری حلق سے نیچے اتر نہ جائے۔

بیٹھا ہوا گلا اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مغز ہلیلہ ایک تولہ۔ فلفل دراز ایک تولہ۔ نمک لاہوری ایک تولہ۔ شہد خالص تین تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ سب اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر اچھی طرح باریک کر لیں، اس کے بعد اس سفوف کو شہد میں اچھی طرح ملا کر بمطابق معجون بنا کر کسی صاف ستھری شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا عام دنوں میں آواز کے سریلے پن کے لئے بھی استعمال کی جا سکتی ہے، اس کی مقدار خوراک عام دنوں میں چھ ماشہ دن میں تین مرتبہ استعمال کریں، جبکہ ایام مرض میں اس کی خوراک دس ماشہ دن میں چھ مرتبہ استعمال کرنے سے مدت سے بیٹھی ہوئی آواز بھی ٹھیک ہو جاتی ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: لکڑی کا برادہ دو تولہ۔ شہد خالص تین تولہ۔ ملٹھی دو تولہ۔

طریقہ تیاری: لکڑی کے برادے اور ملٹھی کو ملا کر ہاون دستے میں ڈال دیں اور برادہ بہ مثل ملٹھی کے باریک کر لیں، اس آمیزے کو شہد میں اچھی طرح ملا کر یکجان کر لیں اور معجون بنا کر کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کریں۔

مقدار خوراک: یہ دوا صرف ایام مرض میں استعمال کی جاتی ہے عام دنوں میں اسے استعمال کرنے سے حلق میں چھالے پڑ جاتے ہیں۔ مرض کے دوران اس کی چھ ماشہ مقدار ہتھیلی پر ڈال کر آہستہ آہستہ چاٹئے۔ یہ دوا دن میں چھ مرتبہ استعمال کریں، اس سے بیٹھی یا رندھی ہوئی آواز ٹھیک ہو جاتی ہے۔

Scanned with CamScanner

بھدی آواز اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص ½ پاؤ۔ نصبۃ الکثیر اصمع عربی ایک تولہ۔ مغز تخم کسبند ایک تولہ۔ مغز تخم کدو ایک تولہ۔ دار چینی چھ ماشہ۔ شربت بنفشہ ½ پاؤ۔

طریقہ تیاری: مائع اجزاء کے علاوہ تمام اجزاء کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک کر لیں اس کے بعد اس سفوف کو کسی برتن میں ڈال کر شربت بنفشہ اور شہد اس میں شامل کر دیں، اب ان اجزاء کو اچھی طرح پھینٹ لیں اور کسی شیشے کے جار میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ دوا تمام دنوں میں کھائی جا سکتی ہے عام دنوں میں اس سے آواز میں سریلا پن پیدا ہوتا ہے اکثر گلوکار اسی نسخے کو استعمال کرتے ہیں۔ بیماری کے وقت یہ دوا بیٹھی ہوئی آواز کو درست کرتی ہے اور حلق کو سوزش سے پاک کرتی ہے۔

خناقِ حلق اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ پانی مصفّا ½ پاؤ۔ سہاگہ بریاں چھ ماشہ۔

طریقہ تیاری: پانی کو نیم گرم کر کے اس میں شہد ملا کر اچھی طرح حل کریں اور بعد میں سہاگہ بریاں بھی اس میں ملا دیں دوا تیار ہے جسے فوری اور تازہ استعمال کرنا چاہئے۔

مقدار خوراک: یہ حلق کے ورم کے لئے مفید و مجرب نسخہ ہے چند دن کے استعمال کے بعد یہ مرض جڑ سے اکھڑ جاتا ہے، اس دوا سے غرغرے کرنے سے اور نگلنے سے افاقہ ہوتا ہے۔

حلق و منہ کے چھالے اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: سہاگہ بریاں دو تولہ۔ شہد خالص آٹھ تولہ۔

طریقہ تیاری: سہاگہ بریاں کو باریک پیس کر شہد میں اچھی طرح ملا دیں جب یکجان ہو جائیں تو اسے صاف ستھری شیشی میں ڈال کر محفوظ رکھ لیں۔

مقدار خوراک: یہ معجون منہ و حلق کے چھالوں اور زخموں پر لگائیں اور لعاب دہن کو منہ سے باہر گراتے رہیں اس سے منہ کے زخم اور چھالے بھر جاتے ہیں اور منہ صاف ہو جاتا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ھوالشافی: شہد خالص 4 تولہ۔ سہاگہ بریاں دو تولہ۔ گلیسرین ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: سہاگہ کو باریک پیس کر شہد میں ملا دیں اس میں گلیسرین شامل کر کے اچھی طرح پھینٹئے اور دوا کو محفوظ کر لیں۔

مقدار خوراک: یہ نسخہ طب جدید کا (ایلو پیتھی) ایک مشہور اور مستند مرکب ہے، جو کہ ہر بڑے چھوٹے کلینک پر بکثرت استعمال کیا جاتا ہے آپ بھی اس سے فائدہ اُٹھا سکتے ہیں۔ یہ منہ میں متاثرہ مقامات پر لگائیں اور حسب سابق لعاب منہ سے تھوکتے رہیں۔ یہ منہ و حلق کے چھالوں اور زبان کے پھٹنے میں بے حد مجرب و مفید ہے۔

شہد اور حسن و صحت

شیخ الرئیس بوعلی سینا کہتے ہیں۔

''چہرے کی شگفتگی اور صباحت کو بڑھاپے میں بھی قائم رکھنے کے لئے شہد اپنے اندر طلسمی اثرات پوشیدہ کئے ہوئے ہے۔ شہد کے لگاتار استعمال سے چہرے کی کشش و جاذبیت کبھی کم نہیں ہوتی ہے۔''

اطباء ہند نے خوبصورتی میں جاذبیت اور کشش پیدا کرنے کے لئے یوں تو بے شمار اشیاء کے استعمال پر زور دیا گیا ہے اور کئی قسم کے نسخے اور گُر بتائے ہیں۔ جن میں شہد کا حصہ نمایاں دکھائی دیتا ہے۔ لیکن ساتھ ہی سدا حسین رہنے اور حسن کی قوت کو دائمی برقرار رکھنے کے لئے شہد کی اہمیت کو بھرپور انداز مین واضح بھی کیا گیا ہے۔

اطباء ہند کے مشاہدات و تجربات پر مبنی شہد کے مرکبات سے ذیل نسخہ جات سہل بھی ہیں اور صدیوں سے آزمودہ بھی۔ آپ بھی ان اصولوں پر عمل کر کے دائمی حسن و جمال اور جسمانی قوت حاصل کر سکتے ہیں۔

نسخہ: 1 مصر کی حسین و جمیل ملکہ قلوپطرہ کے بارے میں تو کئی کتب میں مرقوم ہے کہ وہ اپنی خوبصورتی کو برقرار رکھنے کے لئے زیتون کے تیل، شہد اور دودھ کے تالاب میں غسل کیا

Scanned with CamScanner

کرتی تھی۔ وہ چہرے سے لے کر پاؤں تک تمام جسم پر نرم و نازک کنیزوں سے زیتون کے تیل اور شہد کے آمیزے سے لیپ کرایا کرتی اور اس کے بعد دودھ سے بھرے حوض میں اتر کر کئی کئی گھنٹے تک نہاتی رہتی۔

نسخہ:2 چہرے پر لیپ کرکے (ماسک) دیر تک لگا رہنے دیا جائے اور پھر سادہ سرد پانی سے دھو کر صاف کرلیا جائے۔

نسخہ:3 کھیرے کے ساتھ شہد استعمال کرنے سے جسم کی رنگت میں خوبصورتی پیدا ہوتی ہے اور چہرہ شاداب ہو کر نکھرنے لگتا ہے۔ جب کھیرے کو کدوکش کرکے اس میں شہد ملا کر چہرے پر ماسک لگایا جاتا ہے تو چہرہ اپنی تبدیلی کا خود آئینہ دار بن جاتا ہے۔ ماسک لگانے سے مراد یہ ہے کہ کدوکش کئے ہوئے کھیرے کے کچومر میں شہد ملا کر چہرے پر لیپ کرلیا جائے جیسے کہ کئی لوگ موسم گرما میں جسم پر گرمی دانوں یا پت نکل آنے پر گاچنی یا چکنی مٹی جسم یا چہرے پر لگا لیا کرتے تھے۔

نسخہ:4 شہد اور زیتون کے تیل کا آمیزہ بنا کر چہرے پر لیپ کریں۔ یہ ماسک چہرے پر دو گھنٹے تک لگا رہنے دیں پھر نیم کے پتوں کو پانی میں جوش دے کر نیم گرم پانی سے اپنا چہرہ دھولیں۔ فرانس کا معروف چہرہ ساز پال ریاں کہتا ہے کہ قلوپطرہ اور ہیلن آف ٹرائے اپنے چہرے کی جاذبیت کو بحال رکھنے اور اسے مزید حسن بخشنے کے لئے یہی نسخہ استعمال کیا کرتیں تھیں جبکہ ہندی کتاب کام شاستر میں مرقوم ہے کہ دیولی دیوی اور پدمنی نے بھی اپنے چہرے کی شگفتگی و بالیدگی کے لئے اسی قسم کے نسخے کو اپنا ذریعہ بیان کیا ہے، اس کتاب میں فرق صرف اتنا بتایا گیا ہے کہ وہ دیویاں زیتون کے تیل کی جگہ ارنڈی کا تیل یا تلوں کا تیل برتتی تھیں۔

نسخہ:5 دودھ روزانہ پئیں، شہد روزانہ کھائیں اور موسمی پھل کثرت سے استعمال کریں۔

نسخہ:6 چہرے پر شہد کا لیپ کریں اور دو گھنٹے کے بعد اسے دودھ سے دھولیں۔

چہرے کی جاذبیت اور تازگی کی سب سے بڑا دشمن مرض قبض ہے۔ قبض کی وجہ سے آنتوں میں فضلات کا ٹھہراؤ دیر تک رہتا ہے۔ چنانچہ قولونی جراثیم کی تعداد آنتوں میں بے حد بڑھ جاتی ہے۔ یہ قولونی جراثیم اپنی جگہ ایک عفونتی سی مادہ پیدا کرتے ہیں جو شریانوں کے استر

کے زندہ خلیوں کو جلا کر ان میں التہابی کیفیت پیدا کردیتا ہے لہٰذا دائمی قبض کی صورت میں جسم میں کئی قسم کے نقائص پیدا ہو جاتے ہیں جو کہ اندرونی صحت کے ساتھ ساتھ بیرونی حسن کے بگاڑ کا باعث بھی بنتے ہیں۔ عفونتی سی مادے چہرے کے رنگ و روغن کو بھی خراب کردیتے ہیں۔

اطباء کا کہنا ہے کہ رات کو سونے سے قبل ایک یا دو چمچے شہد پینے والے لوگوں کو یہ تکلیف لاحق نہیں ہوتی ہے کیونکہ شہد معدے کے ساتھ ساتھ آنتوں کی بھی صفائی کردیتا ہے۔ شہد قدرتی فروٹ سالٹ بھی ہے وہ لوگ جنہیں دائمی قبض کی شکایت ہو اگر سونے سے قبل شہد کا استعمال گرم پانی کے ہمراہ کریں تو انہیں اس مرض سے چھٹکارہ حاصل ہوسکتا ہے۔

چہرے کی جلد کی حفاظت اور شہد کا استعمال

چہرے کی جلد کی حفاظت اور اسے صحت بخش قوت بخشنے کے لئے کہ وہ طویل العمری تک جواں اور دمکتا ہوا دکھائی دے تو آپ کو شہد کی مخصوص مقدار روزانہ استعمال کرنا ہوگی۔ یہ کوئی غلط بیانی نہیں ہے، شہد کے روزانہ استعمال سے جہاں آپ کا چہرہ تازہ اور دمکتا ہوا دکھائی دے گا وہیں دیگر تمام عوارض بھی پھٹکنے نہیں پائیں گے۔ ایک طرح سے شہد ایک ایسا ٹانک ہے جو کہ آپ کو دیرپا جوانی اور جاذبیت بخشتا ہے۔ ذیل میں ایک چھوٹا سا طریقہ پیش ہے جس کی مدد سے آپ اپنے چہرے کی لٹکی ہوئی، کھردری اور غیر ہموار جلد کو عمدہ بنا سکتے ہیں۔

سادہ طریقہ:

سب سے پہلے نیم گرم پانی اور عمدہ صابن کی مدد سے چہرہ دھوئیں اس کے بعد بالوں کو پیچھے کی جانب کرکے اپنی پیشانی اور کنپٹیوں کو ننگا کریں۔ پیالی میں شہد کا ایک چمچہ ڈال کر اسے انگلی کی پور کی مدد سے پورے چہرے پر لیپ لیں۔ اس طرح کہ گردن، پیشانی اور کنپٹی کا کوئی حصہ بھی شہد سے بچا نہ رہے۔ شہد لگاتے وقت انگلی کا رُخ اوپر سے نیچے کی جانب ہونا چاہئے یعنی ٹھوڑی سے پیشانی کی جانب شہد کا مساج کیا جانا چاہئے۔ جب پورے چہرے پر شہد کی تہہ پھیل جائے تو اسی انگلی کی پور سے مساج کریں کہ شہد اچھی طرح جلد میں جذب ہو جائے۔ جب شہد کا جذب ہونے کا عمل پورا ہو جائے تو چہرے کو کھلا چھوڑ دیں۔ ایک گھنٹہ کے بعد سادہ

Scanned with CamScanner

نیم پانی سے چہرے پر چھینٹے لگائیں۔ نرم نرم ہاتھوں سے چہرہ دھو ڈالیں۔

چند دن تک ایسا کرنے سے آپ کو اپنی جلد کی صحت وتندرستی میں خاصا فرق دکھائی دے گا۔ جلد کی ملائمت، شگفتگی اور داغ دھبوں کی عدم موجودگی شہد کے پُر اثر ہونے کی شہادت خود دے گی۔ یاد رکھئے کہ اگر شہد خالص نہ ہو تو اسے چہرے یا دیگر اعضاء پر لگانے سے بالعموم کوئی نقصان نہیں پہنچتا ہے کیونکہ عام طور پر استعمال کی جانے والی سفید چینی یا گلوکوز سے ہی نقلی شہد بنایا جاتا ہے اور یہ اشیاء انسانی جلد کے لئے نقصان دہ نہیں ہیں اور نہ کوئی فائدہ دیتی ہیں۔

اگر خواتین اپنے چہرے پر میک اپ کرنا ضروری خیال کرتی ہیں تو بھی کوئی بات نہیں۔ انہیں پوری آزادی ہے کہ وہ میک اپ کی اشیاء استعمال کریں۔ اگر وہ عمدہ اشیاء استعمال کریں گی تو مضرات کا امکان اتنا ہی کم ہو گا۔ یہ حقیقت ہے کہ حسن و جمال کے لئے مصنوعی طریقہ کار کسی نہ کسی حد صحت انسانی کو مضرات سے متصادم کرتے ہیں۔ ایسے میں اگر مصنوعی میک اپ کے سامان سے پہنچنے والے نقصانات و مضرات کو رفع کرنے کے لئے شہد کو استعمال کیا جاسکتا ہے یا یوں کہہ لیجئے کہ اسے میک اپ اتارنے کا ''ماسک یا ٹونر'' کہا جاسکتا ہے۔

شہد سے میک اپ اتارنے کا طریقہ:

میک اپ اتارنے کے لئے ایک پیالہ نیم گرم پانی کا بھر لیں۔ اس میں ایک ایک چمچہ شہد اور سرکہ ڈالیں اور اچھی طرح حل کر لیں۔ اس مرحلے پر اگر سرکہ جامن یا انگوری میسر ہو تو نہایت عمدہ ہو گا ورنہ جو بھی ملے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سب سے پہلے اپنا میک اتاریئے اور چہرے کو کپڑے سے اچھی طرح صاف کریں تاکہ چہرے پر موجود روغنی مادے کی تہہ صاف ہو جائے۔ اس کے بعد اس محلول سے اپنا چہرہ اچھی طرح رگڑ رگڑ کر دھوئیں۔ رگڑنے کا عمل صرف ہاتھوں سے ہی کیجئے کوئی کپڑا وغیرہ استعمال مت کیجئے ورنہ جلد کے خراب ہونے کا احتمال ہو سکتا ہے۔ چہرے کے ساتھ گردن کو بھی صاف کریں۔

مہاسے کیا ہوتے ہیں؟

جن لوگوں کی جلد چکنی ہو، یعنی ان کی جلد میں روغنی مادے کی مقدار عام مقدار سے زائد

ہو، ان کے چہرے پر ہمیشہ کیل مہاسے پیدا ہوتے ہیں۔ یہی مہاسے بگڑ کر چھائیوں کی شکل اختیار کر لیتے ہیں اور جلد کے تمام حسن کو ماند کر دیتے ہیں۔ ایسے لوگوں کو اپنی کی صفائی میں خاص توجہ دینا چاہیے۔ جلدی بیماریوں میں چہرے پر پیدا ہونے والے مہاسوں کی شکایت بے حد عام ہے۔ مہاسوں والا چہرہ بھی بھدا اور بدصورت لگتا ہے، اس مرض سے خواتین بے حد پریشان ہوتی ہیں اور طرح طرح کی کریمیں لگا لگا کر اپنی، جلد کو مزید خراب کر بیٹھتی ہیں حالانکہ اس کا علاج اندرونی خرابیوں کو ختم کر کے کیا جاتا ہے۔ خون میں خرابی ہی ان کا باعث بنتی ہے۔ اکثر لوگوں کے چہروں پر مہاسے نکلنے کے بعد خود ہی پھوٹ جاتے ہیں اور ان میں پیپ پڑ جاتی ہے جس سے تکلیف میں زیادتی ہو جاتی ہے خارش رکنے کا نام ہی لیتی اور چہرہ کو داغ سے بھی بچانا ضروری ہوتا ہے، ورنہ بدنمائی اس کا مقدر بن جاتی ہے۔ یہ شکایت عموماً جوانی کے اوائل میں ہی دیکھی جاتی ہے۔ ایسے میں شہد کا استعمال کرنا بے حد موزوں اور تقویت بخش ہے۔

چھائیوں اور مہاسوں کا شہد سے علاج:

ہوالشافی: اطریفل شاہترہ ایک تولہ۔ لعاب بہی دانہ تین ماشہ۔ شیرہ عناب پانچ عدد کا۔ عرق مرکب فسادکون بارہ تولہ۔ شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو باہم ملا کر معجون بنالیں۔

طریقہ استعمال: دوا میں سے ایک تولہ خوراک لے کر ہمراہ شہد روزانہ صبح و شام کھالیا کریں، اس کے علاوہ رات کو سوتے ہوئے وقت شہد ایک تولہ کا لیپ چہرے پر کر کے ایک گھنٹہ کے بعد چہرہ دھولیا کریں، چند ہی دنوں کے استعمال سے اندرونی و بیرونی شکایت کا خاتمہ ہو جائے گا اور چہرہ کا حسن مزید نکھر جائے گا۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: کھانے کے دو چمچے شہد لے کر کسی پیالی میں ڈالیں اور اس میں ڈیڑھ چمچہ لیموں عمدہ کا رس ڈال کر اسے خوب پھینٹئے۔ اس مرکب کو اپنی جلد خصوصاً گردن اور چہرے پر لیپ کر دیجئے۔ اس لیپ کو تقریباً بیس منٹ تک لگا رہنے دیجئے۔ اس کے بعد نیم گرم پانی سے اپنا چہرہ دھولیں۔

Scanned with CamScanner

نیم پانی سے چہرے پر چھینٹے لگائیں۔نرم نرم ہاتھوں سے چہرہ دھو ڈالیں۔

چند دن تک ایسا کرنے سے آپ کو اپنی جلد کی صحت وتندرستی میں خاصا فرق دکھائی دے گا۔جلد کی ملائمت، شگفتگی اور داغ دھبوں کی عدم موجودگی شہد کے پُر اثر ہونے کی شہادت خود دے گی۔یاد رکھئے کہ اگر شہد خالص نہ ہو تو اسے چہرے یا دیگر اعضاء پر لگانے سے بالعموم کوئی نقصان نہیں پہنچتا ہے کیونکہ عام طور پر استعمال کی جانے والی سفید چینی یا گلوکوز سے ہی نقلی شہد بنایا جاتا ہے اور یہ اشیاء انسانی جلد کے لئے نقصان دہ نہیں ہیں اور نہ کوئی فائدہ دیتی ہیں۔

اگر خواتین اپنے چہرے پر میک اپ کرنا ضروری خیال کرتی ہیں تو بھی کوئی بات نہیں۔ انہیں پوری آزادی ہے کہ وہ میک اپ کی اشیاء استعمال کریں۔اگر وہ عمدہ اشیاء استعمال کریں گی تو مضرات کا امکان اتنا ہی کم ہوگا۔یہ حقیقت ہے کہ حسن وجمال کے لئے مصنوعی طریقہ کار کسی نہ کسی حد صحت انسانی کو مضرات سے متصادم کرتے ہیں۔ایسے میں اگر مصنوعی میک اپ کے سامان سے پہنچنے والے نقصانات ومضرات کو رفع کرنے کے لئے شہد کو استعمال کیا جاسکتا ہے یا یوں کہہ لیجئے کہ اسے میک اپ اتارنے کا ''ماسک یا ٹونر'' کہا جاسکتا ہے۔

شہد سے میک اپ اتارنے کا طریقہ:

میک اپ اتارنے کے لئے ایک پیالہ نیم گرم پانی کا بھر لیں۔اس میں ایک ایک چمچہ شہد اور سرکہ ڈالیں اور اچھی طرح حل کرلیں۔اس مرحلے پر اگر سرکہ جامن یا انگوری میسر ہو تو نہایت عمدہ ہوگا ورنہ جو بھی ملے استعمال کیا جاسکتا ہے۔سب سے پہلے اپنا میک اتاریئے اور چہرے کو کپڑے سے اچھی طرح صاف کریں تاکہ چہرے پر موجود روغنی مادے کی تہہ صاف ہو جائے۔اس کے بعد اس محلول سے اپنا چہرہ اچھی طرح رگڑ کر دھوئیں۔رگڑنے کا عمل صرف ہاتھوں سے ہی کیجئے کوئی کپڑا وغیرہ استعمال مت کیجئے ورنہ جلد کے خراب ہونے کا احتمال ہو سکتا ہے۔چہرے کے ساتھ گردن کو بھی صاف کریں۔

مہاسے کیا ہوتے ہیں؟

جن لوگوں کی جلد چکنی ہو، یعنی ان کی جلد میں روغنی مادے کی مقدار عام مقدار سے زائد

ہو، ان کے چہرے پر ہمیشہ کیل مہاسے پیدا ہوتے ہیں۔یہی مہاسے بگڑ کر چھائیوں کی شکل اختیار کرلیتے ہیں اور جلد کے تمام حسن کو ماند کردیتے ہیں۔ایسے لوگوں کو اپنی کی صفائی میں خاص توجہ دینا چاہیے۔جلدی بیماریوں میں چہرے پر پیدا ہونے والے مہاسوں کی شکایت بے حد عام ہے۔مہاسوں والا چہرہ بھی بھدا اور بدصورت لگتا ہے، اس مرض سے خواتین بے حد پریشان ہوتی ہیں اور طرح طرح کی کریمیں لگا لگا کر اپنی جلد کو مزید خراب کر بیٹھتی ہیں حالانکہ اس کا علاج اندرونی خرابیوں کو ختم کرکے کیا جاتا ہے۔خون میں خرابی ہی ان کا باعث بنتی ہے۔ اکثر لوگوں کے چہروں پر مہاسے نکلنے کے بعد خودی ہی پھوٹ جاتے ہیں اور ان میں پیپ پڑ جاتی ہے جس سے تکلیف میں زیادتی ہو جاتی ہے خارش رکنے کا نام ہی لیتی اور چہرہ کو داغ سے بھی بچانا ضروری ہوتا ہے، ورنہ بدنمائی اس کا مقدر بن جاتی ہے۔یہ شکایت عموماً جوانی کے اوائل میں ہی دیکھی جاتی ہے۔ایسے میں شہد کا استعمال کرنا بے حد موزوں اور تقویت بخش ہے۔

چھائیوں اور مہاسوں کا شہد سے علاج:

ھوالشافی: اطریفل شاہترہ ایک تولہ۔لعاب بہی دانہ تین ماشہ۔شیرہ عناب پانچ عدد کا۔عرق مرکب فسادکون بارہ تولہ۔شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ تمام اجزاء کو باہم ملا کر معجون بنالیں۔

طریقہ استعمال: دوا میں سے ایک تولہ خوراک لے کر ہمراہ شہد روزانہ صبح وشام کھا لیا کریں، اس کے علاوہ رات کو سوتے ہوئے وقت شہد ایک تولہ کا لیپ چہرے پر کرکے ایک گھنٹہ کے بعد چہرہ دھولیا کریں، چند ہی دنوں کے استعمال سے اندرونی و بیرونی شکایت کا خاتمہ ہوجائے گا اور چہرہ کا حسن مزید نکھر جائے گا۔

دوسرا نسخہ:

ھوالشافی: کھانے کے دو چمچے شہد لے کر کسی پیالی میں ڈالیں اور اس میں ڈیڑھ چمچہ لیموں عمدہ کا رس ڈال کر اسے خوب پھینٹئے۔اس مرکب کو اپنی جلد خصوصاً گردن اور چہرے پر لیپ کر دیجئے۔اس لیپ کو قریباً بیس منٹ تک لگا رہنے دیجئے۔اس کے بعد نیم گرم پانی سے اپنا چہرہ دھولیں۔

Scanned with CamScanner

تیسرا نسخہ:

ھوالشافی: قسط دو تولہ-شہد خالص دو تولہ-عرق لیموں دو تولہ۔

طریقہ تیاری: قسط کو باریک کر کے اس کا سفوف شہد و عرق لیموں میں اچھی ملا کر مرہم سا بنا لیں۔اگر یہ پتلا محسوس ہو تو قسط کا سفوف اور بھی ڈالا جا سکتا ہے۔

طریقہ استعمال: یہ مرہم چہرے کے ان حصوں پر لگائیں جہاں چھائیاں پڑ گئی ہوں۔اس سے جلد بالکل صاف ہو جاتی ہے اور چھائیاں نمودار ہونا ختم ہو جاتی ہیں۔

شہد میں طویل العمری کے ساتھ ساتھ چہرے کی وقت سے پہلے پڑ جانے والی جھریوں کے خاتمے کا بھی علاج پوشیدہ ہے۔ یہ جھریاں عموماً آنکھوں کے اطراف میں، لبوں کے گرد، پیشانی کے خطوط میں اور گردن کے گوشت میں نمودار ہوتی ہیں۔انہیں دور کرنے کے لئے ایک کارگر نسخہ پیش ہے۔اسے مسلسل استعمال کرنے سے دوررس اثرات حاصل ہوتے ہیں۔

جھریوں سے نجات کا آزمودہ نسخہ:

ھوالشافی: ایک چمچہ شہد لے کر اسے پیالی میں ڈالیں اور اس میں دو چمچے بالائی عمدہ ڈال کر اسے باہم خوب پھینٹیں۔ پہلے چہرہ اچھی طرح دھو کر خشک کر لیں۔اب تیار شدہ مرکب کو انگلیوں کی مدد سے جھری زدہ حصوں میں اچھی طرح ملیں تاکہ دوا مکمل طور پر جلد میں جذب ہو جائے۔اس غرض سے انگلیوں اور انگوٹھے کی مدد سے جلد کو تان یا کھینچ کر یہ دوا اندر پہنچانا لازمی ہوتا ہے، یاد رہے کہ یہ عمل آہستہ آہستہ اور نرم روی سے کیا جائے۔ انگلی کی پور کو جلد پر سختی سے نہ رگڑا جائے ورنہ جلد کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ جب یہ مرکب اچھی طرح چہرے پر لگ جائے تو دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیوں سے جلد کو اوپر نیچے رگڑیئے تاکہ جلد میں خون کا دورانیہ تیز ہو سکے اور جھریوں کو دور ہونے میں مدد مل سکے۔ یہ عمل پندرہ سے بیس منٹ تک روزانہ کیجئے۔اس کے بعد چہرے کو نیم گرم پانی سے دھو ڈالیں۔ متواتر چند ہفتوں کی محنت کے بعد جو نتیجہ بر آمد ہوگا وہ آپ کے لئے نہایت خوشگوار اور مسرور کن ہوگا۔جلد کی رنگت نکھارنے، اسے نرم ملائم بنانے اور عمر سے پہلے پڑنے والی جھریوں

کو دور کرنے کے لئے شہد سے ایک دوسرا نسخہ تیار کیا جاتا ہے، لیکن یہ درجہ حرارت کی زیادتی کو برداشت نہیں کر سکتا ہے اسی لئے اسے فریج یا ڈیپ فریزر میں رکھا جاتا ہے۔اس کی ترکیب کچھ یوں ہے۔

ھوالشافی: شہد ایک اونس، لیموں کا رس تازہ ایک کھانے کا چمچہ، انڈے کی سفیدی دو عدد، روغن بادام ڈیڑھ چمچہ۔

طریقہ تیاری: کسی صاف برتن میں ان سب اجزاء کو ڈال کر چمچے کی مدد سے اچھی طرح پھینٹ لیں۔ جب یہ اجزاء اچھی طرح یکجان ہو جائیں تو اس میں تھوڑا سا اوٹ میل یا بیسن جو بھی دستیاب ہو ڈالیں اور ساتھ چمچہ ہلاتے رہیں، جب یہ اس مرکب میں جذب ہو جائے تو حسب ضرورت اور ڈالئے کہ یہ گاڑھا ہو جائے، اسے اس قدر گاڑھا کیا جائے کہ اس میں نمی برقرار رہے اور چہرے پر لگانے پر گر نہ پڑے۔ یا دوسرے لفظوں میں اسے اُبٹن کی طرح بنا لیجئے۔ یہ ایک قسم کا اُبٹن ہی ہے۔اسے بنانے کے فوراً بعد چہرے پر لیپ کر لیجئے اور قریباً نصف گھنٹے تک لگا رہنے دیں اس دوران کسی قسم کی کوئی شے چہرے پر نہیں لگانا چاہئے۔اس کے بعد نیم گرم پانی سے اپنا چہرہ دھو لیا جائے۔ یہ اُبٹن آپ کی جلد میں کھچاؤ پیدا کرتا ہے اس کی غیر ضروری لچک کو دور کر کے جھریوں کو ختم کرتا ہے اور رنگت کو دو چند کر دیتا ہے۔

حسن کو نکھارنے کے لئے ایک اور عمدہ اُبٹن شہد اور بادام کی آمیزش سے بنایا جاتا ہے جو کہ آپ کے حسن کو نیا نکھار بخشتا ہے۔اس مرکب کی اہمیت اس قدر ہے کہ دنیا کی خوبصورت خواتین سے جب ان کے بے مثال حسن کا راز پوچھا گیا تو انہوں نے اس مرکب کے روزانہ استعمال کے بارے بتایا۔ یہ نسخہ بے حد قدیم زمانے سے انسان کے استعمال چلا آ رہا ہے۔ سینہ در سینہ شہد اور بادام کے اس مرکب کا بیان ہمیں ہر گھر اور بزرگ خاتون سے بآسانی مل سکتا ہے۔ یہ نسخہ اس قدر سادہ ہے کہ اسے تیار کرتے ہوئے ذرا بھی یقین نہیں ہوتا کہ اس کے اثرات دوررس بھی ہو سکتے ہیں۔ حکماء اسے جلد کا محافظ اور نئی جوانی کا ثمرہ بھی پکارتے ہیں۔ یہ حقیقتاً نئے سرے سے جوانی کی یاد تازہ کرتا ہے۔اس مرکب کی تیاری کی ترکیب کچھ یوں ہے۔

Scanned with CamScanner

ھوالشافی:

''خالص موی شہد 50 گرام لے کر کسی برتن میں ڈال کر دھیمی آنچ پر گرم کرلیا جائے۔ جب یہ موی شہد سیال کی شکل اختیار کرلے تو اسے چولہے سے اتار کر کسی باریک کپڑے میں سے چھان لیا جائے اگر چھانتے ہوئے موی شہد دوبارہ جم جائے تو آپ اسے پھر گرم کر سکتے ہیں۔ اس مائع سیال میں 60 ملی گرام روغن بادام شیریں (میٹھے بادام کا تیل) شامل کر کے اسے اچھی طرح پھینٹ لیں۔ جب دونوں یکجان ہو جائیں تو اس میں 50 گرام خالص شہد ملا کر ہلکی سی آنچ پر گرم کرتے ہوئے اچھی طرح پھینٹیں تاکہ تمام اجزاء اچھی طرح یکجان ہو جائیں۔ اس تیار شدہ مرکب کو صاف ستھری شیشیوں میں بھر کر محفوظ کرلیا جائے۔''

رات کو سوتے وقت جس طرح کولڈ کریم کا استعمال کیا جاتا ہے اسی طرح شہد و بادام کی اس کریم کو چہرے اور گردن پر لگائیں اور اچھی طرح جذب کر دیں۔ یہ کریم چہرے کے علاوہ بازوؤں اور ٹانگوں پر بھی استعمال کی جاسکتی ہے۔ یورپ میں تو خواتین اسے باڈی لوشن کی مانند استعمال کرتی ہیں۔ صبح اُٹھ کر کسی اچھے صابن سے چہرہ دھولیا جائے، اگر اس کا استعمال باڈی لوشن کی طرز پر کیا گیا ہو تو نہالینا بہتر ہوتا ہے۔ یہ مرکب نما کریم موسم سرما میں مہنگی اور قیمتی کولڈ کریموں سے کہیں زیادہ عمدہ ثابت ہوتی ہے۔ موسم گرما میں جب تیز دھوپ کی وجہ سے جلد میں سرخی اور سوزش پیدا ہوتی ہے، جسے عرف عام میں ''سن برن'' کہا جاتا ہے اس کے لئے اس کریم کا استعمال بے حد مؤثر اور مسکن ثابت ہوتا ہے۔ یہ کریم جلد کو ملائم اور دلکش بناتی ہے جس سے جلد کی شگفتگی بحال رہتی ہے۔

شہد کی کریم بنانے کا طریقہ:

شہد خالص 50 گرام لیں اس میں اسی قدر راوٹ میل یا بیسن ملا لیں، ان دونوں اشیاء کو خوب اچھی طرح یکجان کریں۔ جب گاڑھا سا مرکب بن جائے تو اسے محفوظ کرلیں۔

بوقت ضرورت اسے جسم کے متاثرہ حصوں پر بطور لیپ استعمال کریں۔ پندرہ سے بیس منٹ تک اسے لگا رہنے دیں اس کے بعد اعضائے جسم کو سادہ پانی سے دھولیا جائے۔ اگر

تکلیف کی زیادتی واقع ہو تو یہ مرکب رات کو سوتے وقت لگائیں اور صبح اُٹھ کر نہا لیا جائے۔ اس کے دور رس اثرات فوری طور پر جلن کا خاتمہ کرتے ہیں اور جلد میں سکون پیدا کرتے ہیں۔

شہد اور کان کے امراض

کان قدرت نے چھوٹے چھوٹے پرزوں سے تعمیر کئے ہیں یہ بے حد حساس ہیں۔ جیسا کہ سب بخوبی جانتے ہیں کہ ہمارے سر کے دونوں جانب اللہ تعالیٰ نے کان لگائے ہیں جن کی شکل سیپ جیسی پھیلی ہوئی اور بیضوی ہے۔ یہ نرم اور لچکیلی کری سے بنتے ہیں جس کو ہاتھ سے باآسانی موڑا جاسکتا ہے۔ اکثر بلی، کتا، گدھا اور خرگوش وغیرہ تو اپنے کانوں کو اپنی منشاء سے خوب ہلا جلا سکتے ہیں مگر انسانوں میں شاذ ہی کوئی ایسا ہو جو اس فن پر قدرت رکھتا ہو۔

یہ بات سب کے علم میں ہے کہ کان کا پردہ نہایت نازک اور حساس چیز ہے۔ اس کی خصوصاً حفاظت کرنا چاہئے اور چوٹ اور خراش سے بچانا چاہئے۔ کان کا پردہ پھٹنے یا زخمی ہونے سے قوت سماعت ختم ہو جاتی ہے اور بہرا پن ہو جاتا ہے۔ کان کے سوراخ میں تنکا یا پنسل وغیرہ ڈال کر اسے کریدنا نہایت خطرناک عمل ہے۔ بچوں کے کان مروڑنا بھی پردے کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ کان میں میل اور موم زیادہ جمع ہو جانے سے یا سرد ہوا لگنے سے درد پیدا ہوتا ہے ایسی حالتوں میں کریدنے سے خصوصاً پرہیز کرنا چاہئے اور معالج کے پاس جا کر کان صاف کروالینا زیادہ موزوں و بہتر ہوتا ہے۔ اگر کان سے کوئی رطوبت یا مواد بہنے لگے تو اس کا فوراً علاج کرنا چاہئے تاکہ اندرونی حصوں میں گلنے سڑنے کا عمل نہ پیدا ہو پائے۔ شہد کان کے امراض میں مجرب ہے۔ یہی وجہ ہے کہ حکماء حضرات کئی نسخوں میں اس کا بے حد استعمال کرتے ہیں۔ شہد کان میں پیدا ہونے والے مہلک جراثیم کو ختم کر کے ان کی افزائش کو روکتا ہے اور اندرونی زخم مندمل کرتا ہے۔

جیسا کہ قدرت کے کان کی ساخت بے حد پیچیدہ بنائی ہے، اس لئے اس کے امراض بھی پیچیدہ ہوتے ہیں۔ سادہ لوگ ان کی طرف پوری توجہ نہیں دیتے ہیں اور عام سنی سنائی ادویہ کانوں میں ڈالتے ہیں۔ جس سے اکثر لوگ سماعت سے محروم ہو جاتا ہے اور بعض امراض گوش

Scanned with CamScanner

ترقی کر کے دماغ کو بھی ماؤف کر دیتے ہیں۔ یہ بات مسلمہ ہے کہ شہد ایک سریع الاثر دوا ہے، یہ ثقل سماعت کے لئے یہ بہت نافع چیز ہے۔ اگر کان سے پیپ بہہ رہی ہو تو شہد ڈالنا تدارک کا باعث بنتا ہے اور درد کو تسکین دیتا ہے۔

ریاحی درد اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: نمک لاہوری ایک ماشہ، انزروت تین ماشہ، شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: نمک اور انزروت کو باریک پیس کر شہد میں اچھی طرح ملا دیں اور صاف ستھری شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: بوقت ضرورت اس میں دس قطرے نکال کر چمچے میں ڈال کر نیم گرم کرلیں اور پانچ پانچ قطرے رات کو سوتے وقت دونوں کانوں میں ڈال کر سوئیں۔ اس سے کانوں کے ریاح ختم ہوجاتے ہیں اور کان بجنا ختم ہوجاتے ہیں۔

مرض بھنبھناہٹ اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: قلمی شورہ ½ ماشہ۔ شہد خالص چھ ماشہ۔

طریقہ تیاری: قلمی شورہ باریک کرکے شہد میں اچھی طرح ملائیں اور یکجان کر دیں۔ تازہ حالت میں استعمال کریں۔

طریقہ استعمال: بوقت استعمال اسے ذرا سے پانی میں ڈال کر نیم گرم کرلیں اور پھر دونوں کانوں میں مساوی مساوی ڈالیں۔ اس سے کانوں میں بے وجہ پیدا ہونے والی بھنبھناہٹ رفع ہوجاتی ہے اور قوت سماعت کو تقویت پہنچتی ہے۔ اس نسخہ کا استعمال صرف مرض ہونے کی صورت میں ہی کریں یہ سریع الاثر دوا ہے۔

مرض زخم کان اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص دس بوندیں۔

طریقہ استعمال: اگر کان کے اندر کسی بھی وجہ سے زخم پیدا ہوجائے اور پیپ بہہ کر کان میں شدید درد ہوتی ہو تو ایسے میں شہد کو نیم گرم کرکے کان میں پانچ پانچ بوندیں ڈالنا نہایت

خوش گوار ہوتا ہے۔ اس سے زخم جلد ہی مندمل ہو جاتا ہے اور پیپ بہنا بند ہو جاتی ہے۔ مریض کو تین دن میں ہی افاقہ ہوتا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: روغن تخم نیم ایک تولہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔ انزروت چٹکی بھر۔

طریقہ استعمال: پہلے پرانی روئی کی بتی بنا کر شہد سے آلودہ کرکے کان میں رکھیں تاکہ زخم صاف ہوجائے۔ اس کے بعد روغن تخم نیم اور شہد کو باہم ملا کر اس میں روئی کی بتی اچھی طرح تر کرلیں اور نہایت آرام سے کان میں رکھیں۔ اس سے کان کی صفائی بھی ہوجائے گی اور زخم کو بھی مندمل ہونے میں مدد ملے گی۔ اس کے بعد ایک نئی روئی کی بتی کو شہد میں تر کر کے اس پر انزروت سائیدہ چھڑک کر کان میں رکھیں اس سے زخم مندمل ہوجائے گا۔

ناسورِ کان اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: کافور ایک تولہ۔ ست پودینہ ایک تولہ۔ ست اجوائن ایک تولہ۔ کاربالک ایسڈ ایک تولہ۔ منسل۔ گلیسرین ایک تولہ۔ روغن بادام ایک تولہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: کافور، ست پودینہ، ست اجوائن اور کاربالک ایسڈ کو ایک شیشی میں ڈال کر یکجان کرلیں اور دو تین ہفتہ کے لئے کسی سایہ دار جگہ پر رکھ دیں۔ شیشی کا کارک مضبوطی سے بند کرنا نہ بھولیں۔ یہ اجزاء خود بخود تیل بن جائیں گے، اسے حکماء ''عرق الشفاء'' کہتے ہیں۔ اس کے بعد شہد خالص، گلیسرین، روغن بادام لے کر چھ ماشہ عرق الشفاء میں ملائیں اور دوسری شیشی میں ڈال کر ان سب اچھی طرح ہلا لیں تاکہ وہ سب اجزاء ایک ہوجائیں۔

طریقہ استعمال: بوقت ضرورت اس شیشی میں سے دس قطرے چمچے میں ڈال کر نیم گرم کرلیں اور پانچ پانچ قطرے رات کو سوتے وقت دونوں کانوں میں ڈالیں۔ اس کے استعمال سے قرحہ صاف ہوجاتا ہے اور کان سے بہنے والی پیپ میں بھی افاقہ ہوتا ہے دو تین دن کے استعمال سے کان سے پیپ بہنا موقوف ہوجاتی ہے۔

Scanned with CamScanner

شہد اور تولید خون

شہد میں وہ تمام معدنیات، نمکیات اور عناصر ترکیبی پائے جاتے ہیں جو کہ نئے خون کو بننے میں مدد دیتے ہیں۔ لہٰذا یہ کہنا کہ شہد جسم میں جاتے ہی بذات خود ''نیا خون'' بن کر رگوں میں رواں ہو جاتا ہے، صدفی صد سچائی پر مبنی ہے۔ یہ جہاں نیا خون پیدا کرنے کی صلاحیت سے مالا مال ہے وہیں یہ خون کو صاف کرنے کا کام بھی احسن طریقے سے سرانجام دیتا ہے اس میں وہ تمام سرخ اجزاء شامل ہوتے ہیں جو کہ خالص خون میں ہونا ضروری ہوتے ہیں۔

خون کی افادیت کیا ہے؟ اسے واضح کرنا آسان کام نہیں ہے کیونکہ یہ بے شمار کام کرتا ہے جس سے زندگی کا پہیہ چلتا رہتا ہے۔ خون بنیادی طور پر ہمارے جسم کا نقل وحمل کا شعبہ ہے، ہمارا جسم کھربوں خلیات سے مل کر بنا ہوا ہے اور ہر خلیے تک خون پہنچانا خون کی ذمہ داری ہے۔ تاہم جسم کے بعض حصے ایسے بھی ہیں جن میں خون نہیں پہنچتا مثلاً مرمری ہڈیاں، آنکھ کا غلاف، بال اور جلد کا سطحی حصہ۔ ان حصوں کو پلازما سیراب کرتا ہے جو کہ خون کا ہی ایک حصہ ہوتا ہے، اس کا ذکر آگے آئے گا۔

خون بدنِ انسانی میں ذیل صورتوں میں افعال انجام دیتا ہے۔

یہ تو سب جانتے ہیں کہ غذا معدے اور آنتوں میں ہضم ہوتی ہے، ہضم ہونے کا مطلب یہ ہے کہ ملی جلی خوراک جو ہم کھاتے ہیں ایسے اجزاء میں تبدیل ہو جاتی ہے جو کہ خون میں حل ہو سکتے ہیں، اس غذا کا کچھ حصہ تو دوران خون سے لے کر جسم ایندھن کے طور پر جل جاتا ہے۔ فالتو حصہ خون جسم کے گوداموں (جگر و پٹھوں) میں جمع کرتا ہے۔ روغنیات (چربی، گھی، تیل، وغیرہ) زیادہ تر جلد کے زیریں حصوں پر جمع کئے جاتے ہیں۔ اسی جمع شدہ خوراک کی وجہ سے لوگ فربہ بہ مائل ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح بوقت ضرورت خون خوراک کو گوداموں سے نکال کر جسم کے مختلف حصوں میں پہنچاتا ہے۔ جب ہم کام کرتے ہیں تو ہم غذا کو بطور ایندھن جلا کر توانائی حاصل کرتے ہیں۔ یاد رہے کہ سانس لینا، دل کا دھڑکنا، آنتوں کی حرکت، غدودوں کا عمل سبھی کام ہیں جن میں توانائی کی ضرورت پڑتی ہے۔ کسی چیز کو جلانے کے لئے آکسیجن کی ضرورت ہوتی ہے خون آکسیجن کو پھیپھڑوں سے جذب کر کے جسم کی گہرائیوں میں موجود

خلیات کی ان بھٹیوں میں پہنچاتا ہے جہاں خوراک ایندھن کے طور پر جل رہی ہوتی ہے۔ چولہے میں جلنے کے بعد لکڑی کوئلہ بن جاتی ہے اور دھواں ہوا میں تحلیل ہو جاتا ہے بالکل اسی طرح ہمارے جسم میں غذا کا بعینہٖ حشر ہوتا ہے۔ دھواں کاربن ڈائی آکسائیڈ کی شکل میں ہمارے خون میں گھل جاتا ہے اور کوئلے کے بجائے ہمارے جسم میں کچھ ایسے مرکبات بنتے ہیں جنہیں جسم کو قطعی ضرورت نہیں ہوتی ہے وہ وہاں محض جگہ گھیرنے کے سوا اور کچھ نہیں کرتے۔ اگر انہیں وہیں رہنا دیا جائے تو یہ بدبو اور بیماریاں پیدا کرتے ہیں اسی لئے انہیں خلیات مسموم قرار دے کر اسے وہاں سے اٹھوا دیتے ہیں اور یہ مرکبات بھی خون میں جذب ہو جاتے ہیں۔

خون ان سب آلائشوں کو وہاں سے اُٹھا کر ان اعضاء تک لاتا ہے جہاں ان کے اخراج کا انتظام ہوتا ہے۔ اس طرح خون گردوں میں پہنچ کر ان فاسد اشیاء سے چھٹکارہ پاتا ہے۔ ان آلائشوں کو جسم سے خارج کرنا دیگر متعلقہ اعضاء کی ذمہ داری ہوتی ہے کہ وہ اسے پیشاب کے راستے خارج کریں یا پاخانے کے راستے سے یا پھر پسینے کی صورت میں۔ گیس والے زہریلے عناصر پھیپھڑوں کے ذریعے خارج کئے جاتے ہیں۔ بہرکیف خون ہی ان سب افعال کو سرانجام دیتا ہے اور سب اعضاء تک بخوبی حرکت کرتا ہے۔ زندگی کے نظام کو درہم برہم ہونے سے بچانے کے لئے ہمارا جسم بعض کیمیائی مرکبات بناتا ہے جنہیں ''ہارمونز'' کہا جاتا ہے۔ ان ہارمونز کی ضرورت تو جسم کے قریباً سبھی حصوں کو ہوتی ہے لیکن انہیں تیار کرنے والی فیکٹریاں صرف چند مقامات پر نصب ہیں۔ ہارمونز کو مطلوبہ جگہوں پر پہنچانا بھی خون ہی ذمہ داری میں شامل ہے۔

خون نقل وحمل کے امور کے ساتھ حرارت عزیزی کو کنٹرول کرنے کا کام بھی کرتا ہے اندرونی درجہ حرارت متوازن رکھنا خون کا ایک اہم فریضہ ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ گرمیوں میں درجہ حرارت °115 یا 120 درجہ فارن ہائیٹ تک جا پہنچتا ہے، اسی طرح سردیوں میں بعض مقامات پر صفر سے بھی نیچے گر جاتا ہے لیکن ہمارا درجہ حرارت ہر حال میں اوسطاً 98 ڈگری رہتا ہے اور موسم کے زیر اثر اس میں کسی قسم کی کوئی تبدیلی رونما نہیں ہوتی ہے۔ بہت گرمی میں کھال کے نیچے خون کی رگیں پھیل جاتی ہیں ان میں خون کی گردش کی رفتار سست پڑ جاتی ہے۔ خون میں موجود پانی پسینے کے غدودوں کی راہ سے جسم سے باہر نکل جاتا ہے اور جلد کو بھگو دیتا ہے۔

Scanned with CamScanner

اس پانی کی تبخیر سے ٹھنڈک پیدا ہوتی ہے اور ہم شدید گرمی میں بھی محفوظ رہتے ہیں۔اسی طرح سردی میں خون کی رگیں سکڑ جاتی ہیں اس طرح جسم سے پیدا ہونے والی حرارت جسم کے اندر ہی محفوظ رہتی ہے۔

خون بہت زیادہ گرم نہیں ہوتا اور اسے گرم کرنے کے لئے حرارت کی کثیر مقدار کی ضرورت ہوتی ہے۔اس طرح جسم میں کافی حرارت کے موجود ہوتے ہوئے بھی ہمارا جسم گرم نہیں رہتا ہے کیونکہ خون یہ تمام حرارت جذب کرلیتا ہے اور اس کے باوجود یہ زیادہ گرم نہیں ہوتا۔ پانی کو بخارات میں تبدیل کرنے کے لئے بھی بہت زیادہ حرارت کی ضرورت ہوتی ہے اس طرح تھوڑا سا پسینہ نکلنے کے بعد جسم گیلا تو ضرور ہوجاتا ہے مگر ہوا لگنے سے یہ جلد ہی سوکھ جاتا ہے اور ہمارا جسم ٹھنڈک محسوس کرتا ہے۔ ہمارے جسم میں تیزابی مادے اور اساسی مرکبات پیدا ہوتے رہتے ہیں، تیزابیت کا پلہ عموماً بھاری ہوتا ہے۔اگر اس تیزاب کی تعدیل کے لئے فوری اقدامات نہ کئے جائیں تو ہمارے جسم میں تیزابیت اس قدر بڑھ جائے کہ ہمارے خلیات اسی تیزاب میں گل سڑ کر ہلاک ہوجائیں۔اگرچہ گردے اور پھیپھڑے تیزاب کی تعدیل میں اہم کردار ادا کرتے ہیں لیکن ہراول کا کام خون ہی کرتا ہے اور ابتداء میں وقتی طور پر تیزابیت کا حملہ اپنی لحمیات اور اساسی نمکیات کی مدد سے بڑی کامیابی سے روکتا ہے۔

ہمارے خون میں چار پانچ سیر پانی ہوتا ہے۔ہم جب پانی (چائے، دودھ، مشروبات) پیتے ہیں تو یہ پانی ہمارے خون میں جذب ہوجاتا ہے۔کیا اس طرح ہمارا خون پتلا ہوجاتا ہے؟ اسی طرح سخت گرمی میں پسینے کی صورت میں ہمارے جسم سے کافی پانی ضائع ہوجاتا ہے اور کیا ہمارا خون اس طرح گاڑھا نہیں ہوجاتا؟ ان دونوں سوالوں کا جواب نفی میں ہے۔خون اپنی کثافت برقرار رکھتا ہے۔خون کے لحمیات میں یہ خاصیت شامل ہے کہ ایک گرام پروٹین سولہ گرام پانی اپنے ساتھ باندھے رکھتی ہے۔خون ہمارے جسم میں پانی کی مطلوبہ مقدار کو ماپنے کے لئے میٹر کا کام بھی دیتا ہے۔ جب پسینے یا پیشاب کی صورت میں کافی مقدار میں پانی جسم سے خارج ہوجاتا ہے اور جسم میں پانی کی کمی واقع ہونے لگتی ہے تو ہمارے منہ میں موجود لعاب دہن کی نالیاں سکڑ جاتی ہیں، خون کی فراہمی میں کمی کے باعث ہمارے منہ میں لعاب نہیں بنتا اور منہ خشک محسوس ہوجاتا ہے، اسی مرحلے پر ہمیں پیاس کا احساس ہوتا ہے اور ہم پانی کی

جانب لپکتے ہیں۔اسی طرح جب ہمارے جسم میں پانی کی کثیر مقدار موجود ہوتی ہے تو خون اس اضافی پانی کو گردوں کے حوالے کرنا شروع کردیتا ہے۔گردے اس اضافی پانی کو مثانے کی جانب دھکیل دیتے ہیں مثانہ اس پانی کو کچھ دیر تک جمع کرتا ہے جب یہ دیکھتا ہے کہ اب مقدار اس کے بس سے باہر ہورہی ہے تو وہ اسے پیشاب کی صورت میں خارج کردیتا ہے۔مثانہ پر بار کا احساس ہمیں پیشاب کرنے پر راغب کرتا ہے۔اس طرح خون ہی ہمارے جسم میں پانی کی مقدار کو اعتدال پر رکھنے کا اہم کام انجام دیتا ہے۔

خون کی خصوصیات ایسی ہیں کہ ہماری حفاظت میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔آپ نے اکثر دیکھا ہوگا کہ خراش آنے پر یا معمولی زخم لگنے کے بعد تھوڑا سا خون نکلتا ہے اور پھر خون وہاں جم کر کھرنڈ سا بنا دیتا ہے اور خون مزید نہیں بہتا ہے۔اس خاصیت کی بدولت خون اپنے ضیاع سے محفوظ رہتا ہے۔خون میں موجود کئی لحمیات اور کیلشیم خون کو جمانے میں معاون ثابت ہوتے ہیں، ماہرین کے مطابق خون میں موجود ایسے اجزاء کی تعداد تیرہ ہے جنہیں رکن کا نام دیا گیا ہے۔کیلشیم ان میں چوتھا رکن شمار کیا جاتا ہے۔خون میں موجود ایک قسم کے ذرات خون کے جمانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ایک بیماری ہیموفلیا میں آٹھوں رکن مریض کے جسم میں ہی نہیں باقی رہتا ہے ایسے مریض کو اگر کانٹا بھی چبھ جائے تو اس کا خون بند نہیں ہوتا اور مسلسل بہتا رہتا ہے۔اگر اس کا فوری مناسب انتظام نہ کیا جائے تو اس سے موت بھی واقع ہوجاتی ہے۔یہ موروثی بیماری بن جاتی ہے جو کہ ایک بار پیدا ہونے کے بعد نسل در نسل چلتی رہتی ہے۔

خون میں **76** فی صد پانی ہوتا ہے اور **24** فی صد ٹھوس اجزاء...... اگرچہ پٹھوں میں **75** سے **80** فی صد تک اور دماغ میں **85** فی صد پانی ہوتا ہے لیکن پٹھے اور دماغ نسبتاً ٹھوس ہیں جب کہ خون مائع ہوتا ہے۔

پلازمہ کیا ہوتا ہے اور اس کے افعال کیا ہیں؟

جدید میڈیکل سائنس کی روشنی میں یہ شرح سامنے آئی ہے کہ خون میں اوسطاً پچپن فی صد (مردوں میں ترپین فی صد عورتوں میں اٹھاون فی صد بچوں میں سینتالیس فی صد) کی مقدار میں پلازمہ موجود ہوتا ہے۔ پلازمہ زیادہ تر پانی اور لحمیات پر مشتمل ہوتا ہے۔اس میں **91** سے

Scanned with CamScanner

92 فی صد تک پانی ہوتا ہے اور ٹھوس اجزاء کے تناسب کا 85فی صد حصہ لحمیات پر مشتمل ہوتا ہے۔ ان کے علاوہ گلوکوز 0.1فی صد، روغنیات 0.8فی صد اور نمکیات ایک فی صد سے کچھ کم ہوتے ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ نمکیات کی جو نسبت سمندر کے پانی میں ہے وہی پلازمہ میں بھی پائی جاتی ہے۔ لحمیات پلازمہ کا اہم ترین جزو ہوتے ہیں، زیادہ تر لحمیات جگر میں ہی تیار کئے جاتے ہیں لحمیات کا تھوڑا سا حصہ غذا کی صورت میں جسم میں جلایا بھی جاتا ہے لیکن ان کا اصل کام جسم کی تعمیر اور مرمت کرنا ہوتا ہے۔ لحمیات ہماری نشوونما کے لئے بے حد ضروری ہیں۔ بعض لحمیات خون کے جمنے (Coagulation) میں مرکزی کردار ادا کرتی ہیں، انہی کی بدولت ہمارا خون جسم میں خوراک تقسیم کرتا ہے۔ دل پمپ کی طرح کام کرتا ہے اور اس کے دباؤ کے زیر اثر پلازمہ رگوں سے باہر نکل کر خلیات تک پہنچ جاتے ہیں۔

لحمیات میں پانی کے لئے ایک خاص کشش موجود ہوتی ہے، اسی کشش کے باعث لحمیات پلازمہ کو دوبارہ رگوں تک کھینچ لاتی ہیں۔ اس طرح پلازمہ خوراک تقسیم کرنے کے بعد ایک بار پھر خون میں مل جاتے ہیں اگر پلازمہ میں لحمیات کی مقدار پانچ فی صد سے کم ہو جائے تو لحمیات کی کشش بہت کم ہو جاتی ہے۔ اس طرح پلازمہ رگوں میں دوبارہ داخل نہیں ہو سکتا ہے اور باہر ہی رہ جاتا ہے۔ اس مرض کو Oedema کہا جاتا ہے۔ ایسے مریض کا چہرہ، ٹخنوں کے نیچے کا حصہ اور جسم کے بعض دوسرے حصے پر جمع شدہ پلازمہ ورم کا باعث بنتا ہے جو کہ رفتہ رفتہ وجع المفاصل کا روپ اختیار کر لیتا ہے۔ گلوکوز ہمارے جسم کا ایندھن ہے اور زیادہ تر اسی سے ہمارا جسم توانائی حاصل کرتا ہے روغنیات کا تھوڑا سا حصہ بھی توانائی حاصل کرنے کے لئے جلایا جاتا ہے۔ نمکیات میں بائی کاربونیٹ، سوڈیم، پوٹاشیم اور کیلشیم زیادہ اہم ہیں۔ بائی کاربونیٹ جسم کے مختلف حصوں سے کاربن ڈائی آکسائیڈ پھیپھڑوں تک پہنچانے اور تیزابیت کے تعدل کا کام کرتا ہے۔ سوڈیم اور پوٹاشیم ہماری حسوں کی افعال میں مدد دیتے ہیں اور ہمارے دماغ کو جسم پر کنٹرول کرنے کے قابل بناتے ہیں۔ کیلشیم ہماری ہڈیوں کی مضبوطی بخشتا ہے۔

خلیات کیا ہیں؟

جدید میڈیکل سائنس کے مطابق خون میں تین قسم کے خلیات موجود ہوتے ہیں:

1۔ سرخ ذرات یا خلیات	Red Blood Corpuscles
2۔ سفید ذرات یا خلیات	White blood corpuscles
3۔ تھرمبوسائیٹس	Thrombocytes

سرخ خلیات کیا ہوتے ہیں:

جدید میڈیکل سائنس اپنی تحقیق میں بیان کرتی ہے کہ ہمارے جسم میں قریباً دو سو کھرب سے تین سو کھرب تک خون کے سرخ ذرات یا خلیات موجود ہوتے ہیں عورتوں اور بچوں میں ان ذرات کی تعداد قدرے کم ہوتی ہے۔ ورزش اور محنت طلب کام کرنے والوں میں دفتری کام کرنے والوں کی نسبت زیادہ سرخ ذرات ہوتے ہیں۔ ہماری جسمانی قوت کا انحصار کافی حد تک سرخ ذرات کی تعداد پر ہوتا ہے۔ سوتے وقت سرخ خلیات میں کمی آ جاتی ہے کیونکہ جسم کو زیادہ آکسیجن کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ جب ہم آرام کر رہے ہوتے ہیں تو کھربوں سرخ ذرات بھی تلی میں جا کر استراحت پذیر ہو جاتے ہیں۔

شام کی نسبت صبح دوران خون میں سرخ خلیات کی تعداد کم ہو جاتی ہے۔ جوں جوں ہم کام کرتے ہیں اور ہمارے جسم کو زیادہ آکسیجن کی ضرورت پڑتی ہے تو سرخ خلیات کے دَل کے دَل اپنی کمین گاہوں سے نکل کر گردش میں آ جاتے ہیں۔ لاہور کی نسبت مری میں آپ کے سرخ خلیات کی تعداد میں اضافہ ہوتا ہے کیونکہ بلند مقامات پر آکسیجن کا دباؤ کم ہو جاتا ہے اور بلند مقام پر آپ کے جسم کے سرخ خلیات کی فیکٹریاں آکسیجن کی ضروریات کو پورا کرنے کے لئے کھربوں نئے سرخ خلیات کو جنم دیتی ہیں، اسی طرح ورزش اور محنت طلب کام کے دوران جسم میں تیزابیت بڑھ جانے کے بعد اور گرمی میں دوران خون میں سرخ خلیات کی تعداد بڑھ جاتی ہے۔ خون کی سرخی انہی سرخ خلیات کی بدولت ہوتی ہے لیکن یہ امر دلچسپی سے خالی نہیں ہوگا کہ سرخ خلیات کا رنگ فی الحقیقت سرخ نہیں ہوتا ہے۔ اگر آپ تنہا خلیے کو خوردبین میں

Scanned with CamScanner

ملاحظہ کریں تو یہ آپ کو سبزی مائل زرد دکھائی دے گا لیکن جب ہم کھربوں خلیات کا ہجوم دیکھتے ہیں تو یہ ہماری بصارت کو سرخ دکھائی دیتے ہیں۔

شکل وصورت میں سرخ خلیات بس یا ٹرک کے ٹائر سے مشابہہ ہوتے ہیں۔ ان خلیات میں چونکہ مرکزہ نہیں ہوتا ہے اس لئے یہ مرکز میں پچکے ہوتے ہیں۔ یہ ذرات انتہائی مہین ہوتے ہیں۔ اگر آپ ایک خلیے کو ایک لاکھ گنا بڑا کر کے دیکھیں تو یہ آپ کو ٹائر کے برابر دکھائی دے گا۔ اگر ان ٹائروں کو ایک تسبیح میں پرولیا جائے تو ایک شخص کے جسم کے خلیات سے بنائی گئی تسبیح کی لمبائی ۳۷ ہزار میل ہوگی۔ اگر ہم ان ٹائروں کو چپٹا کر دھاگے کی صورت میں ترتیب دیں تو یہ دھاگہ عمدہ و اعلیٰ ململ کے ایک دھاگے سے کئی گنا باریک ثابت ہوگا۔ ایک آدمی کے خون کے سرخ خلیات سے بننے والا دھاگہ ڈیڑھ لاکھ میل لمبا ہوگا اور آپ اسے دنیا کے گرد چھ سے زائد دفعہ لپیٹ سکیں گے البتہ اگر آپ ان ٹائروں کو ایک ڈبے میں بند کرنا چاہیں تو ایک آدمی کے سرخ خلیات کے لئے 6×5×4 انچ کا ڈبہ کافی ہوگا۔

سرخ خلیات میں ساٹھ فی صد پانی موجود ہوتا ہے، یہ زیادہ تر ہیموگلوبن نامی پروٹین (36 فی صد) پر مشتمل ہوتا ہے۔ ہیموگلوبن دو اجزاء پر مشتمل ہے، پروٹین گلوبن (96 فی صد) اور ہیم (4 فیصد)۔ ہیم میں فولاد محفوظ ہوتا ہے یہی وجہ ہے کہ یہ مادہ آکسیجن اُٹھانے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ تمام انسانوں اور جانوروں میں خون میں موجود ہیم ایک ہی طرح کا ہوتا ہے۔ مثلاً انسان اور مینڈک کے ہیم بعینہٖ ایک جیسے ہوتے ہیں۔ ''ہیم'' ہمارے پٹھوں میں بھی ہوتا ہے اور یہ بھی خون کے ہیم کی طرح ہوتا ہے۔ یہ ان خامروں میں موجود ہوتا ہے جو پٹھوں کو آکسیجن جذب کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ حتیٰ کہ پودوں میں موجود سبز مادہ کلوروفل، جس کی مدد سے پودے اپنی خوراک تیار کرتے ہیں اور سورج سے توانائی حاصل کرتے ہیں ہیم سے گہری مشابہت رکھتے ہیں۔

ان میں فرق صرف یہ ہوتا ہے کہ ہیم کے لوہے کی جگہ کلوروفل میں میگنیشیئم ہوتا ہے۔ اس کے برعکس گلوبن انسانوں اور دوسرے جانوروں میں مختلف ہوتا ہے تاہم ایک نسل مثلاً انسانوں یا مینڈکوں کی نسل، میں گلوبن ایک ہی طرح کا ہوتا ہے۔ گلوبن کے اختلاف کی وجہ ہی سے آپ بکرے کا خون انسان کی رگوں میں نہیں دوڑا سکتے ہیں۔ پھیپھڑوں میں ہوا کا دباؤ زیادہ ہوتا

ہے اور ہیموگلوبن آکسیجن جذب کر لیتی ہے۔ جسم کی گہرائیوں میں ہوا کا دباؤ بہت کم ہو جاتا ہے اور آکسیجن کا کچھ حصہ آزاد ہو کر ان خلیات میں پہنچ جاتا ہے جہاں اسے غذا کے جلانے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ دھوئیں کے طور پر بننے والی کاربن ڈائی آکسائیڈ گیس کو بھی ہیموگلوبن خلیات ہی اُٹھا کر جسم سے باہر لے جاتے ہیں جہاں سے اسے باہر خارج کر دیا جاتا ہے۔ کاربن ڈائی آکسائیڈ اُٹھانے کے لئے گلوبن اور بائی کاربونیٹ ضروری ہوتے ہیں جبکہ آکسیجن اُٹھانے کے لئے فولاد درکار ہوتا ہے۔۔۔۔ اگر ہمارا جسم ایک بھٹی ہے تو سرخ خلیات اس کے لئے ہوا دینے والے پمپ کا کام کرتے ہیں اور دھواں نکالنے والی چمنی کا بھی۔

ایک صحت مند نوجوان میں تقریباً پندرہ اونس ہیموگلوبن ہوتے ہیں جبکہ ایک صحت مند عورت میں صرف بارہ اونس ہیموگلوبن ہوتے ہیں۔ اگرچہ خون میں لوہے کی کل مقدار کوئی تین گرام (تقریباً تین ماشے) ہوتی ہے اور باقی جسم میں ایک سے تین گرام تک لوہا محفوظ ہوتا ہے پھر بھی ہمارے جسم کا اہم ترین جزو ہے اگر یہ کم ہو جائے تو خون میں آکسیجن اُٹھانے کی صلاحیت بھی کم ہو جاتی ہے، آپ کے خون کو روزانہ 27 لاکھ سی سی آکسیجن اُٹھانی پڑتی ہے۔ جس کا ایک چوتھائی حصہ جسم استعمال کر لیتا ہے۔ خون روزانہ چھ لاکھ سی سی کاربن ڈائی آکسائیڈ جسم کے مختلف حصوں سے اُٹھا کر پھیپھڑوں میں پہنچاتا ہے۔

بعض کیمیائی مرکبات، سانپ کے زہر اور جراثیم کے زیر اثر خون کے سرخ خلیات ٹوٹ پھوٹ کر تباہ ہو جاتے ہیں، اسی طرح بعض بیماریوں میں سرخ خلیات کی مدافعت کمزور پڑ جاتی ہے اور ان میں شکست و ریخت کا سلسلہ شروع ہوتا ہے۔ خون میں بہت زیادہ ٹوٹ پھوٹ سے یرقان کا مرض لاحق ہو جاتا ہے۔ یرقان میں آنکھوں اور چہرے کا زرد رنگ دراصل خون کے سرخ خلیات کے ''ملبے'' ہی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ بعض بیماریوں میں بھی خون کے خلیات کا ڈھیروں کی صورت میں منجمد ہونے کا رجحان بڑھ جاتا ہے۔ آدمی کی طرح خون کے خلیات کو بھی مشقت کرنا پڑتی ہے اور اچھے برے حالات سے گذرنا پڑتا ہے، اس طرح سرخ خلیات بہت جلد بوڑھے ہو کر مر جاتے ہیں۔

سرخ خلیات کی اوسطاً عمر چار ماہ ہوتی ہے، ایک صحت مند آدمی میں روزانہ دو سے ڈھائی کھرب سرخ خلیات تباہ ہوتے ہیں۔ تلی، جگر اور ہڈیوں کا گودا ان کے لئے قبرستان

Scanned with CamScanner

کا کام دیتے ہیں اگر سرخ خلیات اسی رفتار سے موت کا شکار ہوتے رہیں تو صرف چار ماہ میں ہی انسان کا خون ان کے وجود سے خالی ہو جائے مگر ایسا نہیں ہے کیونکہ آپ کی ہڈیوں کے سرخ گودے میں سرخ خلیات کی فیکٹریاں نصب ہیں جو کہ اسی رفتار سے سرخ خلیات تیار کر کے آپ کی رگوں میں بھیجتی رہتی ہیں جس رفتار سے یہ ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہوتے ہیں۔

یہ سرخ گودا آپ کی ہڈیوں کے صرف تھوڑے سے حصے میں موجود ہوتا ہے کیونکہ ہڈیوں کا دوسرا حصہ زرد گودے سے پُر ہوتا ہے۔ عام حالات میں سرخ گودے کا وزن ڈیڑھ سیر سے بھی کم ہوتا ہے لیکن ہنگامی صورت میں جب خون آکسیجن کی درست فراہمی کرنے سے معذور ہوتا ہے تو اس کا وزن دو تین گنا بڑھ جاتا ہے۔ فیکٹریوں کی یہ توسیع زرد گودے کو سرخ گودے میں تبدیل کرنے سے کی جاتی ہے بلند مقامات مثلاً مری میں قیام کے بعد آپ کے خون کے سرخ خلیات میں تیس سے چالیس کھرب کا اضافہ ہو جاتا ہے گویا آپ کا خون دس سے پندرہ فی صد بڑھ گیا۔ جب سرخ خلیات مرتے ہیں تو جسم کو ان کی تجہیز و تکفین کا انتظام بھی کرنا پڑتا ہے۔ ہیموگلوبن کے اس ملبے سے دوسری لحمیات تیار کی جاتی ہیں، ملبے کا کچھ حصہ ہیموگلوبن کی از سرنو تیاری میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

ملبے کے بعض اجزاء جسم سے خارج بھی کر دیئے جاتے ہیں لیکن لوہے کو کو بڑی احتیاط اور اہتمام سے جسم میں محفوظ کر لیا جاتا ہے کیونکہ لوہے کا ہمارے جسم میں داخلہ بڑی مشکل سے ہی ہوتا ہے لیکن جب یہ ایک دفعہ خون کے اجزاء میں داخل ہو جاتا ہے تو اس کی ہر ممکن طریقے سے حفاظت کی جاتی ہے۔ ہمارے قارئین یقیناً یہ جاننا چاہیں گے کہ کن طریقوں سے سرخ خلیات (یا دوسرے الفاظ میں خون) میں اضافہ کیا جا سکتا ہے۔ اس سلسلے میں یہ بات نہیں بھولنا چاہئے کہ صرف مناسب خوراک سے ہی خون میں اضافہ ممکن نہیں ہے بلکہ خون صرف اس صورت میں زیادہ بنتا ہے جب آپ کا جسم زیادہ مقدار میں آکسیجن کا تقاضا کرتا ہے یعنی ورزش یا جسمانی مشقت یا پھر بلند مقامات پر طویل قیام وغیرہ۔ بلاشبہ خون بنانے کے لئے کچھ خام مال کی بھی ضرورت ہوتی ہے، لحمیات اور لوہا اولین ضروریات ہیں۔

آپ کو زیادہ گوشت، دودھ، مچھلی، انڈے اور کسی حد تک غلے، سبزیوں اور پھلوں سے حاصل ہوتی ہے۔ لوہا، گوشت (خصوصاً بڑے گوشت)، مچھلی، انڈے اور سبزیوں (خصوصاً

پالک، ساگ، شلجم اور دوسری ہری سبزیوں سے) میں پایا جاتا ہے۔ یاد رکھئے کہ دودھ اور مکھن میں لوہے کی مقدار نہ ہونے کے برابر ہوتی ہے۔ لوہے اور لحمیات کو خون کی شکل میں ڈھالنے کے لئے بعض دوسری اشیاء کی بھی ضرورت ہوتی ہے ان میں وٹامن بی (بی 12، بی 6، اور فارلک ایسڈ)، وٹامن سی، تھائراکسین نامی ہارمونز اور تانبا شامل ہیں۔ وٹامن بی 12 خون کے خلیات کو بلاغت تک پہنچاتا ہے اور سب سے زیادہ اہم ہوتا ہے، یہ گائے بھینس اور بکری کے کلیجی میں خاص مقدار میں پایا جاتا ہے۔ وٹامن بی اور سی پھلوں میں ملتا ہے۔ تانبے کی بہت کم مقدار ہمارے جسم کو مطلوب ہوتی ہے۔ تانبے کے برتنوں میں کھانا پکانے سے یہ ضرورت پوری کی جا سکتی ہے۔

سفید خلیات کیا ہوتے ہیں:

یہ خلیات جارحیت کے خلاف مدافعت کا کام کرتے ہیں یعنی یہ خلیات وبائی جراثیم کے حملے کے خلاف دفاع کرتے ہیں۔ ایک آدمی کے خون میں تیس سے پچپن ارب تک سفید خلیات موجود ہوتے ہیں۔ جراثیم کے حملے کے دوران ان کی تعداد بڑھ جاتی ہے۔ بچوں اور حاملہ عورتوں میں سفید خلیات نسبتاً زیادہ ہوتے ہیں۔ ان کی فیکٹریاں ہڈیوں کے زرد گودے اور جسم کے بعض حصوں میں نصب ہیں۔ سفید خلیات کی پانچ اقسام ہوتی ہیں۔ یہ سرخ خلیات سے جسامت میں ڈیڑھ گنا بڑے ہوتے ہیں۔ خون ٹیسٹ میں سفید خلیات کی مجموعی تعداد اور ان کی مختلف قسموں کے فیصد تناسب سے ہی بیماری کی کیفیت کا پتہ لگانے پر ہی ڈاکٹر کو اہم معلومات حاصل ہوتی ہیں۔

فرض کیجئے کہ آپ کی انگلی زخمی ہو جاتی ہے اور بیکٹیریا کو زخم میں سرایت کرنے کا موقع مل جاتا ہے تو یہ جگہ عام الفاظ میں ''میدان جنگ'' بن جائے گی۔ اس علاقے میں خون کی رگیں پھیل جاتی ہیں اور ان میں دوران خون کی رفتار قدرے ماند پڑ جاتی ہے۔ سفید خلایت کی ساٹھ سے ستر فی صد آبادی نیوٹروفل قسم کے سفید خلیات پر مشتمل ہوتی ہے، یہی سب سے پہلے میدان میں کودتے ہیں چونکہ یہ خلیات وزن میں ہلکے ہوتے ہیں اس لئے یہ خون کی نالیوں کی دیواروں کے ساتھ ساتھ گردش کرتے ہیں۔ چپکیلے ہونے کی وجہ سے یہ خطرے کے علاقے میں

Scanned with CamScanner

رگوں کی دیواروں سے چمٹ جاتے ہیں اور ان میں سے گذر کر یہ باہر آ جاتے ہیں۔

جراثیم کے لئے ان خلیات میں خاص کشش ہوتی ہے اور یہ شکاریوں کی طرح اپنے شکار کی بو پا کر ان پر ٹوٹ پڑتے ہیں۔ ان کی سطح سے ننھے ننھے بازو برآمد ہوتے ہیں اور جراثیم کو گھیرے میں لے کر خلیے کے پیٹ میں پہنچا دیتے ہیں خلیے میں ایسے مادے ہوتے ہیں جو کہ اس جراثیم کو مار کر ہضم کر جاتے ہیں بعض صورتوں میں ایک جرثومے کے مقابلے میں ایک سے زیادہ خلیات کو میدان میں اترنا پڑتا ہے۔ بعض اوقات جراثیم اتنے طاقتور ہوتے ہیں کہ آپ کے محافظ کو روکنے میں ناکام رہتے ہیں۔ ایسے حالات میں جو مادے انہوں نے اپنے اندر جراثیم کو مارنے کے لئے رکھے ہوتے ہیں، انہی سے خود کو ختم کر دیتے ہیں۔ مونو سائٹ قسم کے سفید خلیات میدان جنگ کو صاف کرنے کا کام انجام دیتے ہیں اور وہ اپنے مردہ لاشے اٹھا کر لے جاتے ہیں۔ ایزینوفل قسم کے سفید خلیات ایسے لحمیات کو ہضم کرتے ہیں جو کہ آپ کے جسم کا ایک حصہ نہیں ہوتے اور کسی بیرونی وسیلے سے جسم میں داخل ہو جاتی ہیں۔ آپ کی غذا میں موجود گوشت وغیرہ بلاشبہ اس سے مستثنیٰ ہیں۔ بیزوفل قسم کے خلیات ہپارین پیدا کرتے ہیں جو خون کو آپ کی رگوں میں جمنے سے روکتی ہے اور اس طرح یہ دوران خون میں مدد دیتے ہیں۔ لمفو سائٹ قسم کے خلیات انٹی باڈیز پیدا کر کے بیرونی لحمیات کے خلاف آپ کا دفاع کرتے ہیں۔ اس طرح سفید خلیات زخم کو مندمل ہونے میں مدد دیتے ہیں۔

تھرامبوسائٹ کیا ہوتا ہے؟

یہ خون کے سب سے چھوٹے خلیات ہیں، یہ جسامت میں سرخ خلیات کے نصف سے بھی کم ہوتے ہیں۔ جسم انسانی میں یہ خلیات پندرہ سے تیس کھرب کی تعداد میں ہوتے ہیں ان کی اوسطاً تعداد پچیس کھرب بتائی جاتی ہے۔ جدید میڈیکل سائنس کے مطابق تھرمبوسائٹس کی عمر صرف چار دن کی ہوتی ہے۔ اس لئے یہ بڑی تیزی سے تباہ ہوتے ہیں لیکن ہڈیوں کا گودا انہیں اسی رفتار سے تیار کرتا ہے۔ جسم میں خون کی نالیاں اکثر ٹوٹتی رہتی ہیں اگر ان کی مرمت کا مناسب انتظام نہ ہو خون رس رس کر پورے جسم میں پھیل جائے گا۔ اس کام کے لئے تھرمبو سائٹس موجود ہیں۔ انہیں محکمہ تعمیرات و مرمت بھی کہہ سکتے ہیں جہاں کہیں بھی کوئی رگ ٹوٹتی

ہے تو یہ فوراً کروڑوں کی تعداد میں وہاں جمع ہو جاتے ہیں اور خون رسنے سے پہلے ہی وہاں ایک بند سا باندھ دیتے ہیں۔ تھرمبوسائٹس کا ہر خلیہ اپنی اصل جسامت و حجم سے پھول کر بیس گنا بڑا ہونے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ اس کے مقابلے میں یہ ایک ایسا مادہ بھی پیدا کرتے ہیں جو چپکیلا ہونے کے باعث سیمنٹ کا کام دیتا ہے۔ ان خصوصیات کے باعث تھرمبوسائٹس بڑی تیزی سے ایک مضبوط بند باندھ دیتے ہیں۔ تھرمبوسائٹس بھی موت کا شکار ہوتے ہیں مگر ان کی موت جسم انسانی کے لئے کوئی نقصان نہیں بلکہ فائدہ کا باعث ہوتی ہے، یہ تباہ ہو کر خون کو ایسے مادے مہیا کرتے ہیں جو خون کے جمنے میں مدد دیتے ہیں۔

خون میں خرابیاں کیا ہوتی ہیں؟

خون میں موجود تمام خلیات مخصوص افعال سر انجام دیتے ہیں ان میں پیدا ہونے والی خرابی خون کے بگڑ جانے اور مہلک و مزمن امراض کا موجب بنتی ہے۔ ان میں سے بیشتر امراض ایسے ہوتے ہیں جن کے خطرناک جراثیم مریض کے پاس موجود تندرست آدمیوں کے جسم میں بھی سرایت کر جاتے ہیں۔ ان امراض میں آتشک اور جذام قابل ذکر ہیں۔ یہ امراض اس لحاظ سے انتہائی گھناؤنے ہیں کہ رشتہ دار تک مریض کا ساتھ چھوڑ جاتے ہیں وہ ان کی دیکھ بھال تو دور عیادت کرنے سے بھی کنی کتراتے ہیں کیونکہ انہیں یہ خدشہ لاحق ہوتا ہے کہ مریض کے پاس جانے سے کہیں اس کا متعدی مرض کا نشانہ وہ خود ہی نہ بن جائیں۔ ان امراض کا علاج ہمیشہ مصفی خون ادویہ سے کیا جاتا ہے، سب مصفیاتِ خون جو ابتداء میں پلائے جاتے ہیں شہد ان کا لازمی جزو ہوتا ہے کیونکہ خود مصفًا خون صلاحیت سے مالا مال ہے جو خون میں بآسانی سرایت کر جاتا ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ مرض کے ابتدائی مراحل گذرنے کے بعد شہد کو زیادہ اہمیت نہیں دی جاتی اور مختلف زہریلی ادویہ مثلاً شنگرف، سیماب، سم الفار اور ہڑتال وغیرہ سے مدد لی جاتی ہے جن سے بسا اوقات بظاہر مریض کو آرام آ جاتا ہے اور بعض اوقات ان ادویہ کا زہریلا اثر اپنا رنگ دکھاتا ہے۔ اگر طریقہ علاج میں صرف شہد پر ہی اکتفاء کیا جائے تو جلد یا بدیر مکمل شفاء کی زیادہ امید کی جا سکتی ہے۔ شہد نہ صرف اندرونی طور پر خون کو زہریلے سواد سے پاک و صاف کر دیتا ہے بلکہ اسے اگر زخموں پر لگایا جائے تو یہ حیرت انگیز فوائد کا

Scanned with CamScanner

باعث بنتا ہے۔

آتشک کیا ہوتی ہے؟

یہ نہایت مہلک اور خطرناک مرض ہے جو کہ خون میں آتشکی مادہ کے پیدا ہو جانے پر لاحق ہو جاتا ہے اور پھر یہ مرض اگلی نسل کو بھی وراثت میں ملتا ہے۔ اس مرض میں مبتلا مریض کا جسم بیکٹیریا کے حملوں کے خلاف بالکل مدافعت نہیں کر سکتا ہے، اس کے جسم میں سفید خلیات کی کمی واقع ہو جاتی ہے یا پھر ہڈیوں کا گودا سفید خلیات کی پیدائش سے معذور ہو جاتا ہے۔ جسم میں زخم لگتے ہی وہاں پیپ پڑ جاتی ہے اور جسم ورم زدہ رہتا ہے، جسم پر دانے نمودار ہوتے ہیں جو کہ چند ہی دنوں بعد پھوٹ کر زخم بن جاتے ہیں۔ زخموں میں شدید سوزش اور جلن ہوتی ہے مریض سونا چاہے تو بھی نہیں سو سکتا ہے۔ آتشک کا سب سے زیادہ متاثرہ حصہ زیر ناف، کنج ران، عضو مخصوص اور اثنین ہیں۔ ان مقامات پر آتشک دانوں کی صورت میں حملہ آور ہوتی ہے اور پھر یہ دانے پھوٹ کر پیپ کا ذخیرہ بن جاتے ہیں اور یہ پیپ جسم کے جس حصے کو بھی لگتی ہے وہیں اس کی ذیلی شاخ بن جاتی ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے تمام جسم ان دانوں کی لپیٹ میں آجاتا ہے۔ یہ زخم خاکستری رنگ یا قدرے گہرے رنگ کے ہوتے ہیں اور عرصہ تک قائم رہتے ہیں ان زخموں میں خفیف سی جلن رہتی ہے اور ان کے کنارے سخت ہو جاتے ہیں۔ خون میں آتشکی مادہ کی غلظت اور کثرت کی وجہ سے یہ حالت پیدا ہوتی ہے۔ یونانی و ایلوپیتھی ادویہ سے اس مرض میں عارضی طور پر افاقہ ہو جاتا ہے مگر یہ مکمل آرام نہیں دے پاتی ہیں۔

ابتدائی آتشک اور شہد سے علاج:

ہو الشافی: رسکپور عمدہ ایک تولہ۔ بھیڑ کا دودھ 1/2 سیر۔ مصفٰی پانی دس سیر۔ شہد خالص ایک پاؤ۔ (شہد خالص آج کل ذرا مشکل سے ہی ملتا ہے شہد خالص نہ ہو تو نسخہ کی متذکرہ خوبیوں کی ضمانت نہیں دی جا سکتی)

طریقہ تیاری: سادہ اور صاف پانی دس سیر لیں، ایک قلعی والا برتن جس میں بیس پچیس سیر پانی آسکتا ہو۔ شہد کو پانی میں حل کر کے قلعی دار برتن میں ڈال دیجئے۔ اس کے بعد

رسکپور کو ریزہ ریزہ کر کے کھدر کے صاف کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر اس پوٹلی کو اس میں اس طرح لٹکا دیجئے کہ پوٹلی مکمل طور پر اس پانی میں ڈوبی رہے۔ اب برتن کے نیچے دھیمی آنچ میں آگ جلا دیں۔ جوں جوں پانی خشک ہوتا جائے توں توں اس پوٹلی کو نیچے کرتے جائیں مطلب یہ کہ آخر تک یہ پوٹلی پانی میں ہی ڈوبی رہے۔ جب پانی اس قدر خشک ہو جائے کہ یہ پوٹلی اس میں ڈوبی نہ رہ سکے تو سمجھ لیجئے کہ یہ عمل یہیں ختم ہوا اور آگ بند کر دیں۔ سرد ہونے پر پوٹلی سے رسکپور نکال کر صاف پانی میں دھو کر کھرل میں ڈال کر بھیڑ کا دودھ بھی ہمراہ ڈال دیں اور کھرل کا عمل شروع کر دیں یہ تمام دودھ اس رسکپور میں کھرل کے ذریعے جذب کر دیں۔ یہ کام تین چار دن میں مکمل ہوگا لہٰذا دودھ کی مقدار اسی حساب سے ڈالئے جو کہ ایک دن میں جذب ہو جائے یہ نہ ہو کہ آدھا دودھ بخارات بن کر اُڑ جائے اور آدھا دودھ دوا میں جذب ہو۔ جب تمام دودھ اچھی طرح اس دوا میں جذب ہو جائے تو ایک ایک رتی کی گولیاں اس رسکپور کی بنالیں اور صاف شیشی میں انہیں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: ایک گولی نہار منہ مویز منقیٰ کے ہمراہ رکھ کر نگل لیں۔ دوسرے یا تیسرے دن میں بہت نمایاں افاقہ معلوم ہو جائے گا۔ اگر مرض کی شدت ہو تو سہ پہر کے وقت ایک گولی کا استعمال کیا جا سکتا ہے۔ اس دوا کے دوران دودھ، دہی، کھٹی لسی اور چاول کھانے سے پرہیز کیجئے۔

دوسرا نسخہ:

ہو الشافی: حب لیموں ایک عدد۔ شاہترہ سات ماشہ۔ سرپھوکہ سات ماشہ۔ منڈی سات ماشہ۔ عناب سات دانہ۔ ہلیلہ سیاہ سات ماشہ۔ صندل سرخ سات ماشہ۔ شہد خالص چار تولہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء رات کو گرم پانی میں ڈال کر رکھ دیں اور صبح اُٹھ کر انہیں جوش دے کر پانی نتھار لیں۔ پانی نتھارنے سے قبل ان اجزاء کو ہاتھ سے اچھی طرح مسلنا نہ بھولیں۔ یہ پانی کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: صبح نہار منہ یہ دوا ایک تولہ شہد خالص کے ساتھ کھائیں، اسی طرح سہ پہر کو

Scanned with CamScanner

بھی ایک خوراک لیں۔ اس دوران گرم اشیاء سے مکمل پرہیز رکھیں۔ چند ہفتوں میں ہی مرض میں نمایاں افاقہ دکھائی دے گا۔

جذام کیا ہوتا ہے؟

یہ مرض عموماً خون میں آتشکی مادے کی سمیت رہ جانے پر لاحق ہوتا ہے اسے عرف عام میں ''کوڑھ'' کہا جاتا ہے۔ ابتدا میں یہ مرض انسان کے چہرے پر حملہ آور ہوتا ہے۔ چہرے پر ایک قسم کی سرخی اور تبھیض پیدا ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے چہرہ بدنما سا ہوجاتا ہے اس کے بعد انگلیوں اور کانوں کی لووّں پر ورم اور تمام بدن پر خشکی کا غلبہ سا ہوجاتا ہے۔ اس دوران بالوں کے گرنے کی رفتار میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ ہاتھ پاؤں کی جلد یکا یک سن ہوجاتی ہے، آنکھوں میں سرخی اور آواز میں کرختگی نمودار ہوجاتی ہے، ناک کا بند رہنا معمول بن جاتا ہے۔ ویدک حکماء نے شہد کو جذام کے لئے مفید تو قرار دیا ہے مگر اس کا کوئی نسخہ بیان نہیں کیا۔ تصفیہ خون کے لئے اطباء نے ویدک کا یہ نسخہ بیان کیا ہے شائد یہی جذام کا طریقہ علاج ہو۔

جذام اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: بکری کا دودھ ایک پاؤ۔ شہد خالص 1/2 چھٹانک۔

طریقہ استعمال: شہد بکری کے دودھ میں اچھی طرح حل کرکے مریض کو پلا دیں، جن ایام میں اس کا استعمال کریں مریض کو نمک سانبھر کے بجائے سیندھا نمک اور سرخ مرچ کی جگہ سیاہ مرچ استعمال کرائیں۔ پھر بتدریج دودھ کی مقدار ایک ایک چھٹانک بڑھا کر اس میں شہد کا آٹھواں حصہ اضافہ کرتے جائیں تاکہ اس کی مقدار دو سیر اور شہد کی مقدار ایک پاؤ تک پہنچ جائے۔ دودھ کی مقدار میں اضافہ اس طرح کریں کہ دودھ آسانی سے ہضم ہوتا جائے جب یہ دیکھیں کہ دودھ اس مقدار سے زیادہ ہضم نہیں ہورہا تو اس کی مقدار نہ بڑھائیں بلکہ کئی دن تک وہیں ساکن رکھیں۔ ہمیشہ تازہ اور کچا دودھ استعمال کریں۔ اگر بکری کو مصفّا خون گھاس مثلاً شاہترہ کو کھلاتے رہیں تو زیادہ بہتر نتائج برآمد ہونگے۔ اس طریقہ سے مریض کو دو تین کھل کر دست آجائیں اور مرض کا مادہ سمیت جسم

سے خارج ہوتا رہے تو خون جلد صاف ہوجاتا ہے اور مرض میں بھی بہتری آجاتی ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: مغز تخم بید ڈیڑھ پاؤ۔ انجیر سالم ڈیڑھ پاؤ۔ طباشیر چار تولہ۔ ہڑتال ورقیہ پندرہ تولہ۔ شہد خالص ڈیڑھ پاؤ۔

طریقہ تیاری: طباشیر اور ہڑتال ورقیہ دونوں ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں اور انہیں باقی اجزاء کے ساتھ مٹی کے چکنے برتن میں ڈال کر اوپر سے اچھی طرح منہ بند کرکے اکیس دن کے لئے سرگین اسپ (گھوڑے کے گوبر) میں دفن کردیں۔ اس کے بعد نکالیں اور دوا کسی شیشے کے جار میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: ایک دانہ مغز بید اور ایک دانہ انجیر سالم کا نکال کر سالم نگل جائیں دوسرے روز دو دانے کھائیں، تیسرے دن تین دانے اسی طرح بڑھاتے جائیں پانچ دانوں سے زیادہ نہ کھائیں۔ اس دوران نان گندم ونخود بغیر نمک کا اور گھی کا زیادہ استعمال کریں۔ چالیس روز کے استعمال سے صحت کامل ہوگی اور مرض جاتا رہے گا۔ پہلے ایک ہفتے میں روزانہ نیچال کبوتر صحرائی پانی میں حل کرکے تمام بدن پر ملیں۔

خنازیر کیا ہوتا ہے؟

اس مرض میں مریض کے گلے کے غدوٗد پھول کر متورم ہوجاتے ہیں اور ان میں درد کی شکایت پیدا ہوجاتی ہے۔ مریض کھانا کھانے اور بات چیت کرنے سے معذور ہوجاتا ہے۔ اس دوران کھانسی اور نزلہ کا عارضہ بھی نمودار ہوجاتا ہے۔ کبھی کبھار بخار کی کیفیت بھی طاری ہوجاتی ہے۔ حرارت بالعموم شام کو ایک سو درجہ تک پہنچ جاتی ہے کھانسی کے دورے بھی رات کو پڑتے ہیں۔ یہ ''سل خنازیری'' بھی کہلاتی ہے۔ اس کی وجہ خون میں زہریلے مادوں کی زیادتی بیان کیا جاتا ہے۔ جسم میں موجود آئیوڈین اور سلفر کی مقدار خاصی کم ہوجاتی ہے۔ اکثر یہ مرض کچھ عرصہ کے لئے غائب ہوجاتا ہے مگر جونہی کوئی ایسی غذا کھائی گئی جو کہ زہریلی سمیت لئے ہوتو یہ مرض دوبارہ پہلے سے شدت کے ساتھ حملہ آور ہوجاتا ہے۔

Scanned with CamScanner

خنازیر اور شہد سے علاج:

ھو الشافی: تخم سرس دس تولہ- جدوار ایک ماشہ- ایرسا ایک ماشہ- قرن الایل سوختہ ایک ماشہ- زعفران ایک تولہ- شہد خالص بیس تولہ-

طریقہ تیاری: تخم سرس اور شہد کو باہم ملا کر ایک مٹی کی ہانڈی میں ڈالیں اور اس کا منہ اچھی طرح بند کر کے (مٹی کا لیپ کر کے) بیس دن تک دھوپ میں رکھیں، اس دوران اگر کوئی مضائقہ نہ ہو تو برتن وہیں پڑا رہنے دیں۔ اگر کسی قسم کا اندیشہ ہو تو رات کے وقت برتن اپنے گھر میں لا کر محفوظ جگہ پر رکھ سکتے ہیں۔ بیس دن کے بعد اس برتن کا منہ کھول کر اس میں سے دوا نکالیں اور صاف شیشے کے جار میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ جدوار، ایرسا اور قرن الایل کو باہم پیس کر اچھی طرح باریک کر لیں اور زعفران میں ڈال کر اس کی مرہم بنا لیں۔

طریقہ استعمال: شہد والی دوا ایک تولہ صبح پانی کے ہمراہ استعمال کریں اور مرہم روزانہ دن میں دو مرتبہ جسم پر لیپ کریں۔ اس دوران ترش، گرم اور مٹھاس والی اشیاء سے مکمل گریز کریں۔ دو ماہ تک ان دواؤں کا استعمال جاری رکھیں اس سے شکایت مکمل طور پر رفع ہو جائے گی۔

فساد خون اور شہد سے علاج:

ھو الشافی: جل بوٹی کا عرق ایک بوتل- شہد خالص ڈیڑھ پاؤ-

طریقہ تیاری: جل بوٹی تازہ سرسبز و شاداب لے کر پانی سے خوب اچھی طرح صاف کر لیں اور پتھر کے کونڈے میں گھوٹ کر اس کا عرق نکالیں، یہ عرق ایک بوتل تک ہونا چاہئے۔ اب اس عرق کو دھیمی آنچ پر کسی مٹی کے برتن میں ڈال کر چڑھا دیں کہ وہ عرق پھٹ جائے۔ جب یہ عرق پھٹ جائے تو اسے اتار کر اسے صاف کریں، تمام مغلظات صاف کر کے اس پانی میں شہد ملا دیں اور دوبارہ آگ پر چڑھا دیں۔ اب اسے اس قدر پکائیں کہ صرف ایک تہائی بوتل جتنی دوا باقی رہ جائے۔ جب مطلوبہ مقدار مل جائے تو

اسے اتار کر سرد کریں اور محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی ڈھائی تولہ مقدار صبح کے وقت استعمال کریں۔ یہ نسخہ حکیم محمد ابراہیم نے ایک سنیاسی جوگی کی بے حد خدمت کر کے حاصل کیا تھا جو کہ حکیم عبداللہ نے اپنی ایک کتاب میں پورے واقعے کے ساتھ قلم بند کیا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ھو الشافی: کیلا ایک عدد- شہد خالص دو بڑے چمچے-

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت کیلا چھیل کر اس کا گودا شہد میں اچھی طرح ملا دیں اور نوش فرمائیں۔ اس سے خرابی خون میں فائدہ ہوگا اور چند ہی دن میں چہرہ سرخ و شاداب ہو جائے گا۔

تیسرا نسخہ:

ھو الشافی: دودھ ایک گلاس- شہد خالص دو بڑے چمچے-

طریقہ استعمال: دودھ کو نیم گرم کر کے اس میں شہد اچھی طرح ملا لیں اور رات کو سوتے وقت پئیں۔ یہ مصفیٰ خون کا بے مثال و بے نظیر نسخہ ہے۔ جو کہ چند ہی ہفتوں میں جسم میں نئی طاقت بھر دیتا ہے اور چہرہ گلاب سا کھلنے لگتا ہے۔

شہد اور امراضِ چشم

کتنے بدنصیب ہیں وہ لوگ جن کے پاس یہ ''نعمت خداوندی'' تو موجود ہے مگر وہ اس کی درست خطوط پر حفاظت سے غافل و مافیہا ہیں۔ یہ کس قدر بدقسمتی ہے کہ لوگ ابھی تک اس نازک و قیمتی عضو کے بارے میں اتنا کچھ بھی نہیں جانتے کہ وہ وقت پڑنے پر کوئی مناسب اقدام کر سکیں۔ آنکھیں جلدی خراب نہیں ہوتی بلکہ ایک مدت لیتی ہیں۔ اس دوران وہ اپنی خرابی کی علامات ظاہر کرتی ہیں۔ انسان کو چاہئے کہ وہ فوراً ان علامات کو محسوس کرتے ہوئے اپنے علاج کی جانب توجہ دے تا کہ آنے والے مصیبت کے دن ٹل سکیں۔

Scanned with CamScanner

آنکھوں پر چشمہ چڑھا لینا کوئی بہادری نہیں ہے کہ نگاہ کمزور ہوئی تو عینک لگوا لی۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ جب نگاہ کمزور ہونا شروع ہوئی تھی اسی وقت ان عوامل کا جائزہ لینا ضروری تھا اور ان سے بچنے کا طریقہ کار اختیار کرنا چاہئے تھا۔ بہرحال ہماری غفلت سے یہ دن آ ہی گیا ہے تو اب ہمیں اس ضمن میں خاص احتیاط سے کام لینا چاہئے۔ اور کسی علاج میں سستی کا مظاہرہ نہیں کرنا چاہئے۔ دھندلی یا جھلملاتی ہوئی روشنی میں پڑھنے لکھنے یا سینے پرونے کا کام نہیں کرنا چاہئے۔ اسی طرح لیٹے لیٹے مطالعہ نہیں کرنا چاہئے اور نہ ہی کتاب پر سر جھکا کر پڑھنا چاہئے۔ کتاب پڑھنے کا مناسب طریقہ یہ ہے کہ کتاب کو مناسب فاصلے (عموماً دس انچ کی دوری پر) سامنے کی جانب رکھ کر سر جھکائے بغیر، صرف آنکھوں کو نیچے کتاب پر جما کر پڑھنا چاہئے۔ کتاب پر روشنی سامنے کی جانب سے نہیں بلکہ پیچھے کندھوں کے اوپر سے پڑنا چاہئے۔ کھلی تیز روشنی سے بھی آنکھوں کو بچانا چاہئے۔ لگا تار دیر تک نہیں پڑھنا چاہئے۔ بلکہ درمیان میں مناسب آرام دہ وقفے ضرور رکھنا چاہئے۔

آنکھوں کے افعال کو درست و برقرار رکھنے کے لئے حیاتین الف خاص طور پر مفید ہے۔ یہ بصری زردی کے اجزاء میں سے ایک ہے۔ جس کا بصارت سے خاص اور گہرا تعلق ہے اور خاص طور پر رات کو کم دکھائی دینے میں اس کو بڑا عمل دخل ہے۔ ٹیلی ویژن دیکھتے ہوئے اگر آنکھ تھک جاتی ہو تو اس کو حیاتین الف (وٹامن اے) کی کمی پر محمول کرنا چاہئے۔ اسی طرح دھوپ سے آنکھ میں چکا چوند کا پیدا ہونا بھی وٹامن اے کی قلت کا نتیجہ سمجھنا چاہئے۔ وٹامن اے دودھ، پنیر اور انڈوں میں زیادہ پائی جاتی ہے۔

بڑھاپے میں لوگوں کو ''موتیا بند (نزول الماء)'' کی بیماری سب سے زیادہ عام ہے۔ اس مرض میں آنکھ کے شفاف عدسوں کی انڈوں کی سفیدی جیسی رطوبت اُبلے ہوئے انڈے کی سفیدی کی طرح سخت ہوتی چلی جاتی ہے۔ یہ کیفیت غذا میں وٹامن بی 2، بی 6 یا بی 5 (پین ٹو تھینک ایسڈ) کی کمی اور وٹامن ای کے سبب سے لاحق ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں دوا کے ساتھ ساتھ غذا میں ان چیزوں کو بھی شامل رکھیں تو مرض آسانی سے جاتا رہتا ہے۔ ان قدرتی اشیاء یعنی لازمی غذائی اجزاء کو کماحقہ اہمیت دیں۔

کولیسٹرول کے خون کی باریک رگوں میں جم جانے کی صورت سے بھی موتیا بند کی بیماری

ہو سکتی ہے۔ اس سبب سے مدافعت کے لئے لیسی تھین کی ضرورت ہوتی ہے یہ ایک قدرتی شے ہے جو سوئے کی پھلیوں اور آٹے میں بڑی مقدار میں پائی جاتی ہے۔ یہ ہمارے جسم میں بھی پائی جاتی ہے بشرطیکہ نباتی تیلوں کے غیر مشبع (رقیق) تحمی تیزابات کی بڑی مقداروں کے علاوہ غذا میں وٹامن بی کی اقسام کولین اور آئنوسیٹول بھی موجود ہوں۔

یاد رکھئے کہ شہد کی افادیت سے آنکھوں کے امراض بھی دور کئے جاسکتے ہیں۔ آنکھوں کے بے شمار امراض ہیں جن میں آشوب چشم، سرخی چشم، پڑوال چشم، رتوندھی، پھولا، جالا، ککرے، موتیا بند، شب کوری اور نزول الماء شامل ہیں۔ ان میں سے اکثر کے لئے شہد ایک مفید دوا ہے اسے اگر آنکھوں میں لگایا جائے تو بصارت تیز ہوتی ہے۔ اگر شہد میں نمک شامل کر کے استعمال کیا جائے تو نزول الماء، پھولا، آنکھوں سے پانی بہنا اور آنکھوں کی خارش میں بے حد مفید رہتا ہے۔ عام لوگوں کا خیال ہے کہ شہد جسے کھا کر جھوٹا نہ کیا گیا ہو اس کی ایک سلائی آنکھوں کے لئے نہایت مفید و اعلیٰ ہے۔ اس مقصد کے لئے وہ چھتے سے تازہ حاصل کردہ شہد میں سلائی پھیر کر آنکھ میں لگاتے ہیں۔ ہندی ویدک طبیب اور ایلوپیتھی ڈاکٹر بھی شہد کے شفا بخش اثرات سے واقف و قائل ہیں چنانچہ گل نیلوفر کے شہد کو نزول الماء اور آنکھوں کے بگڑے ہوئے امراض میں بکثرت استعمال کیا جاتا ہے۔

مرض ضعف بصر کیا ہوتا ہے؟

یہ مرض زیادہ تر بوڑھے اور عمر رسیدہ لوگوں کو لاحق ہوتا ہے۔ کثرت محنت دماغی، کثرت مباشرت اور جریان وغیرہ سے بھی اس مرض کے لاحق ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔ حکماء ان وجوہات کو بھی اس مرض کا اسباب بیان کرتے ہیں۔ اس مرض میں مریض کی بصارت آہستہ آہستہ کمزور ہوتی جاتی ہے اور رفتہ رفتہ وہ بالکل دیکھنے کی صلاحیت سے محروم ہو جاتا ہے۔ آنکھوں میں لگانے کی دوا کا اثر آنکھ کے بالائی طبقوں تک ہی محدود ہوتا ہے۔ ضعف بصارت کا اصلی سبب دماغ اور عصبہ مجوفہ کی کمزوری ہوتا ہے اس لئے اس مرض کا شافی علاج وہ دوا کر سکتی ہے جو دماغ اور عصبہ بصری کو تقویت بخشے۔ شہد شفاء للناس ہونے کے باعث دماغ اور بصارت پر خاصے اچھے اثرات مرتب کرتا ہے اور انہیں تقویت بخشتا ہے۔

Scanned with CamScanner

عمدہ بینائی چشم اور شہد سے علاج:

هو الشافی: تج عمدہ سات رتی- عاقر قرحا دس ماشہ- زعفران ایک ماشہ- اقاقیا دو تولہ- گندھک زرد دو تولہ- افیون عمدہ تین تولہ-حمامہ پانچ تولہ- بالچھڑ دو تولہ- مرچ سیاہ دو تولہ-قرقیون دس ماشہ۔

طریقہ تیاری: تمام اشیاء کو باہم ملا کر بیس دن تک متواتر خوب باریک پیس لیں اور اس کا وزن کر کے اس سے دوگنا شہد اس میں ڈالیں اور گاڑھا سا قوام بنالیں جوں جوں اسے پھینٹا جائے گا تو یہ معجون بنتا جائے گا۔ اسے کسی شیشی مین ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ آنکھوں کی کمی بصارت کے لئے نہایت عمدہ دوا ہے۔ اسے دس ماشہ کی مقدار میں صبح وشام استعمال کریں۔ یہ آنکھ کی جملہ بیماریوں کو دور کرتی ہے اور اس دوا کو آپ عام ایام میں بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

مرض ضعفِ چشم اور شہد سے علاج:

هو الشافی: پوست ہلیلہ زرد ایک تولہ- پوست ہلیلہ کابلی ایک تولہ- پوست بلیلہ ایک تولہ- آملہ ایک تولہ- کشنیز (دھنیا) ایک تولہ- مغز کلہ ایک تولہ- گل سرخ ایک تولہ- بادیان سات تولہ- روغن بادام حسب ضرورت۔

طریقہ تیاری: مائع اجزاء کے علاوہ سب اشیاء کو ہاون دستے میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں اور بہ مثل میدہ کر لیں۔ اس کے بعد ان اجزاء کو چھان کر غبار علیحدہ کرتے جائیں، تمام اشیاء اس غبار کی مثل بنالیں اور انہیں روغن بادام میں چپڑ کر گوندھ لیں۔ خیال رہے کہ زیادہ نرم نہ گوندھا جائے۔ اس کے بعد اسے تین گنا شہد میں ڈال کر یکجان کرنا شروع کریں اور نصف دن تک پھینٹتے رہیں۔ یہ معجون بن جائے گا اسے شیشی میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ ضعف بصارت کا لاجواب نسخہ ہے یہ ذرا محنت طلب ضرور ہے مگر اس سے آپ کی نگاہ کے عوارض ختم ہو جائیں گے اور بصری قوت بڑھ جائے گی۔ اس کی مقدار

خوراک دس ماشہ تک ہونا چاہئے۔ یہ دوا عام دنوں میں بھی استعمال کی جا سکتی ہے۔

مرض نزول الماء کیا ہوتا ہے؟

اس مرض میں آنکھ کے اندرونی پردوں کے اندر غلیظ رطوبت اترتی ہے جس سے بصارت میں فرق پڑ جاتا ہے۔ اس رطوبت کی زیادتی سے بصارت کا سوراخ بند ہو جاتا ہے اور کوئی چیز واضح دکھائی نہیں دیتی۔ اس مرض کا آخری علاج آپریشن ہے لیکن اگر ابتدائے مرض میں شہد کو اندرونی اور بیرونی طور پر استعمال کیا جائے تو یہ رطوبت جذب ہو جاتی ہے اور آئندہ اس کا نزول بند ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے کئی قسم کے سرمے اور میرے بازاروں میں دستیاب ہیں۔ اس کے کچھ مجرب نسخے یہاں پیش ہیں ان کی افادیت سے ضرور مستفید ہوں۔

مرض نزول الماء اور شہد سے علاج:

هو الشافی: ہینگ خالص ایک تولہ-شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: ہینگ کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں اس کے بعد اسے شہد میں اچھی طرح ملائیں۔ ہینگ کا سفوف بہ مثل میدہ ہونا چاہئے۔

طریقہ استعمال: صبح و شام ایک ایک سلائی آنکھوں میں ڈال کر دو گھنٹہ بعد آنکھیں عرق گلاب سے دھولیں۔ یہ ابتدائے نزول الماء میں بے حد مفید ہے اور شب کوری میں بھی اکسیر پائی گئی ہے۔

معجون نزول الماء:

هو الشافی: ہینگ دو تولہ- سونٹھ دو تولہ- وج دو تولہ- افیون باریک چھ ماشہ-شہد خالص پندرہ تولہ۔

طریقہ تیاری: ہینگ، سونٹھ، افیون، اور وج کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب باریک پیس لیں۔ اس سفوف کو بہ مثل غبار بنا کر شہد میں اچھی طرح یکجان کر دیں اور شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: چھ ماشہ کی مقدار میں مکھن تازہ کے ساتھ صبح و شام استعمال کریں۔ یہ

Scanned with CamScanner

ابتدائے نزول الماء کے لئے مجرب و اکسیر ہے۔

دوسرا نسخہ:

ھوالشافی: وج ڈیڑھ تولہ- ہینگ نو ماشہ- سونٹھ نو ماشہ- سونف نو ماشہ- شہد ایک پاؤ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزائے سخت کو ہاون دستہ میں ڈال کر باریک پیس لیں۔ اس کے بعد اس سفوف بہ شکل غبار کو شہد خالص میں اچھی طرح حل کر دیں اور دوا کو شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ یہ گاڑھا سا معجون بن جائے گا۔

طریقہ استعمال: اس معجون کی مقدار خوراک چار ماشہ دونوں اوقات استعمال کی جائے۔ اس دوران ترش و گرم اشیاء سے پرہیز کیا جائے۔ اس کے مسلسل استعمال سے نزول الماء کو فائدہ ہوگا اسے بعد تنقیہ (رفع حاجت) استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔

تیسرا نسخہ:

ھوالشافی: دیسی کھانڈ ایک سیر- شہد خالص 1/2 سیر- ہلیلہ زرد ڈیڑھ پاؤ۔

طریقہ تیاری: دو سیر پانی میں موٹی موٹی ہلیلہ زرد ڈال کر اوپلوں کی دھیمی آنچ پر پکنے کے لئے رکھ دیں۔ جب تمام پانی جل جائے تو ہلیلہ کی گٹھلیاں نکال کر ہاون دستہ میں ڈال کر اچھی طرح کوٹ لیں۔ جب باریک سفوف بن جائے تو اسے کھانڈ اور شہد کے ہمراہ مٹی یا چینی کے مرتبان میں ڈال کر اچھی طرح حل کریں۔ یہ گاڑھا سا قوام بن جائے گا۔ اس مرتبان کا منہ اچھی طرح بند کر کے اسے غلے میں دبا دیں اور ایک ڈیڑھ ماہ بعد اسے نکال لیں۔ یہ معجون حیرت انگیز تیار ہے۔

طریقہ استعمال: ڈیڑھ تولہ کی مقدار میں یہ معجون روزانہ رات کو نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ اس سے امراض چشم خصوصاً نزول الماء اور دماغی امرض دور ہوتے ہیں اور یہ قبض کے لئے بھی مجرب دوا ہے۔ اس نسخے کے بارے میں بیان کیا گیا ہے کہ ایک شخص مرض نزول الماء سے نابینا ہوگیا اور ڈاکٹروں نے اسے لاعلاج قرار دے کر واپس نا دیا۔ وہ شخص نہایت مایوسی کے عالم مبتلا تھا کہ ایک مسیحا اس کی جانب آ نکلے اس کی

حالت معلوم ہونے پر اس نسخہ کی ایک خوراک دی اور ایک بار آزمانے کی شرط رکھی۔ ہمراہ شہد کی ایک سلائی آنکھ میں لگانے کی ہدایت کی، اس شخص نے آخری سہارا کے طور پر اس دوا کو استعمال کیا تو حیرت انگیز طور پر اس کی بصارت ٹھیک ہوگئی اس دوا کو اس نے کئی دن تک لگاتار جاری رکھا۔ یہ دونوں نسخے حکیم عبداللہ جہانیاں والے نے ان مسیحا سے بڑی مشکل سے حاصل کیے ہیں۔

مرض آشوب چشم اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: شہد مصفّٰا دو سیر- گائے کا گھی دو سیر- سنگری مصری دو سیر۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء مٹی کے ایک پختہ برتن میں ڈالیں اور مدھانی سے اتنا بلوئیں کہ تینوں اشیاء جم جائیں (اس کے بلونے کے لئے 24 تا 48 گھنٹے کی مدت درکار ہوتی ہے) جب یہ اجزاء جم جائیں تو اس برتن کو ڈھکن لگا کر بند کر دیں اور اوپر ماش کے آٹے کو گوندھ کر گاڑھا لیپ کر دیں تاکہ باہر کی ہوا اندر نہ جا سکے، اس کے بعد اسے دو ماہ کے لئے گندم کے غلے میں دبا ڈالیں۔ مقررہ مدت کے بعد نکالیں، معجون تیار ملے گا۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی مقدار پانچ پانچ تولہ تک صبح و شام ہمراہ دودھ نیم گرم استعمال کریں۔ اگر صبح دودھ نہ پی سکیں تو رات کو سوتے وقت تو ضرور دودھ پئیں۔ یہ ابتدائے نزول الماء کے لئے لاجواب دوا ہے اس کے علاوہ یہ مولد خون، صالح اور مقوی باہ ہے۔ یہ نسخہ آشوب چشم میں بھی اکسیر و مجرب ہے۔ اس دوا کے استعمال کے دوران دودھ اور دیسی گھی کا استعمال بکثرت کریں۔

رتوندھی کیا ہوتی ہے؟

یہ مرض کسی کسی کو لاحق ہوتا ہے۔ اس میں مریض کو رات کے وقت دکھائی دینا بند ہو جاتا ہے۔ اسے ''شب کوری'' بھی کہا جاتا ہے۔ اس مرض کا ایک سبب اندھیرے میں رطوبت غلیظ کی وافر موجودگی کے باعث پتلی کا نہ پھیلنا بیان کیا جاتا ہے۔ تیز روشنی میں پتلی سکڑ جاتی ہے اور اندھیرے میں پتلی خود بخود پھیل جاتی ہے تاکہ روشنی کو زیادہ سے زیادہ منعکس کر کے عکس

Scanned with CamScanner

بنائے اور آنکھ تمام منظر دیکھ سکے۔ یہ درحقیقت ضعف بصری کی ہی ایک قسم ہوتی ہے جس میں روح باصرہ کی لطافت کم ہو جاتی ہے۔ انسان غروب آفتاب کے بعد دیکھنے سے معذور ہو جاتا ہے عموماً بجلی کی تیز روشنی میں زیادہ عرصہ کام کرنے سے یا دھوپ میں رہنے، براق اشیاء کو ٹکٹکی باندھ کر دیکھنے، قوت ہاضمہ کی خرابی اور اچھی غذا نہ ملنے سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔ اس مرض کا شہد سے باآسانی علاج کیا جاتا ہے چند نسخے یہاں پیش ہیں جن کے مجرب ہونے میں حکماء متفق ہیں۔

مرض رتوندھی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص-عرق گلاب۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت شہد خالص کی تین سلائیاں دونوں آنکھوں میں ڈال کر سو جائیں صبح اُٹھ کر آنکھیں عرق گلاب سے دھولیں، چند ہی دن میں شب کوری کی شکایت سے نجات مل جائے گی۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص چھ ماشہ-عرق پیاز چھ ماشہ- سیاہ بکری کے جگر کا پانی چھ ماشہ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزاء باہم ملا کر اچھی طرح پھینٹ لیں اور شیشی میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت تین تین سلائیاں بسم اللہ پڑھ کر آنکھوں میں ڈالیں انشاء اللہ شب کوری کا مرض چند دن میں ہی رفع ہو جائے گا۔

مرض آشوب چشم کیا ہوتا ہے؟

یہ ایک تکلیف دہ بیماری ہے جس میں آنکھ کی جھلی یعنی پردہ ملتحمہ پر ورم آ جاتا ہے۔ پپوٹے بھاری محسوس ہوتے ہیں اور آنکھ سرخ ہو جاتی ہے۔ اس میں سے ہر وقت پانی جاری رہتا ہے۔ صبح بیدار ہونے کے بعد اکثر پلکیں چپک جاتی ہیں اور آنکھ میں چیڑ کثرت سے پیدا ہوتے ہیں۔ کھٹک اور درد کی تکلیف زیادہ ہوتی ہے اور چوندھی سی لگتی ہے۔ یہ مرض عام طور پر آنکھ میں کسی چیز کے گر جانے سے یا چوٹ لگنے سے، دھوپ میں سفر کرنے سے، شب بیداری

سے، نزلہ و زکام یا دفعتہً سرد ہوا لگنے سے، بچوں کے دانت نکلنے کے وقت اور عورتوں کی ایام ماہواری کی خرابی سے لاحق ہوتا ہے۔ اسے وبائی مرض بھی کہا جاتا ہے کیونکہ یہ ایک سے دوسرے کو تیزی سے لاحق ہوتا ہے۔

مرض آشوبِ چشم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: مغز ہلیلہ زرد ایک تولہ-مغز تخم کشنیز ایک تولہ-مغز بادیان ایک تولہ-خشخاس سفید ایک تولہ-شہد خالص ڈیڑھ پاؤ۔

طریقہ تیاری: تمام اجزائے ٹھوس ہاون دستہ میں ڈال کر پیس لیں اور باریک کر کے چھان لیں۔ اس کے بعد انہیں شہد میں ملائیں اور جوارش بنالیں۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت ایک تولہ کی مقدار میں استعمال کریں۔ یہ آشوب چشم، نزلہ و زکام، اور معدے کی خرابی کے لئے ایک عمدہ دوا ہے۔ اسے صرف ایام مرض میں ہی استعمال کریں۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ-زلمی کے پھول دو تولہ۔

طریقہ تیاری: زلمی کے پھول کسی پتھر پر گھس کر باریک کر لیں اور انہیں شہد میں ملائیں۔ دونوں اجزاء باہم اچھی طرح یکجان کریں اور شیشی میں محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: یہ دوا دونوں وقت ایک ایک سلائی آنکھوں میں لگائیں اس سے بلا مقصد آنکھوں سے پانی بہنا بند ہو جائے گا اور آنکھوں کی ہلکی پھلکی بیماریاں بھی ختم ہو جائیں گی۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: سرخ پھٹکری بھنی ہوئی چھ تولہ-لونگ کے پھول پانچ عدد-لیموں کا عرق دو تولہ- شہد خالص چھ تولہ۔

طریقہ تیاری: شہد کے علاوہ ان سب اجزاء کو جست کے کٹورے میں لیموں کے عرق کے ہمراہ ڈال دیں اور لوہے کے دستے سے کوٹ کر خوب باریک کریں۔ لیموں کا عرق اس

Scanned with CamScanner

میں جذب ہو جائے گا۔ جب سفوف سا بن جائے تو اس میں شہد ڈال کر اسے گاڑھا معجون بنالیں اور اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کے استعمال سے آنکھوں سے نکلنے والا کیچڑ رفع ہو جائے گا اور مرض میں افاقہ ہوگا۔ اس دوران سرخ مرچ اور ترش اشیاء کے استعمال سے گریز کریں۔ اس کی مقدار خوراک دس ماشہ تک ہوگی۔ آشوب چشم سے نجات ملے گی اور آنکھوں کی سرخی جاتی رہے گی۔

مرض موتیا بند کیا ہوتا ہے؟

قوت باصرہ کو صحیح رکھنے کے لئے قدرت نے آنکھ میں متعدد پردوں کے علاوہ تین قسم کی رطوبتیں بھی پیدا کی ہیں۔ ان میں فعل بصارت کے لئے رطوبت جلیدیہ ہے، یہ نہایت شفاف رطوبت ہوتی ہے جو کہ رطوبت بیضہ کے سامنے اور طبقہ عنبیہ کے پیچھے موجود ہوتی ہے تمام اشیاء کا عکس اسی میں پہلے قائم ہوتا ہے۔ نزلہ وزکام کی کثرت، کثرت مطالعہ باریک خطوط (خصوصاً شب بیداری اور دیر تک لگاتار پڑھنا) کی وجہ سے آنکھ میں ضعف پیدا ہو جاتا ہے اور رطوبت جلیدیہ کی جانب جو خون آتا ہے وہ مکمل طور پر صاف نہیں ہوتا ہے اس لئے اس رطوبت میں تکدر پیدا ہو جاتا ہے۔ یہاں تک کہ رطوبت اچھی غذا کی عدم دستیابی پر مکدر اور غلیظ ہو جاتی ہے اور پھر قوت بصارت معدوم ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس مرض کا اگر آغاز میں ہی تدارک کر لیا جائے تو آرام آجاتا ہے۔ اگر فوری پرواہ نہ کی جائے تو نوبت آپریشن تک پہنچتی ہے جس کے ذریعے اس رطوبت کو آنکھ سے نکال دیا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ ابھی تک اس کا اور کوئی مؤثر علاج نہیں دریافت ہوا ہے۔ حکماء یونانی بھی اس کا یہی علاج کیا کرتے ہیں اور ان کی اصطلاح میں یہ عمل ''جراحی قدح'' کے نام سے موسوم کیا جاتا تھا۔

مرض موتیا بند ابتدائی اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد ایک تولہ- عرق پیاز ایک تولہ- کافور ایک ماشہ- بھیم سینی ایک ماشہ۔

طریقہ تیاری: سب اجزاء کو باہم ملا کر ایک شیشی میں ڈال دیں اور خوب اچھی طرح یکجان

کریں۔ جب دوا استعمال کرنا مقصود ہو تو پہلے شیشی کو اچھی طرح ہلا لیا کریں۔

طریقہ استعمال: ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں رات کو سونے سے قبل پھیر لیں۔ اس نسخے سے نہ صرف موتیا بند کے ابتدائی دور اننے میں شفاء ہوتی ہے بلکہ یہ فاضل اترا ہوا پانی بھی اکثر اوقات صاف کر دیتا ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص ایک تولہ- اصلی ہینگ عمدہ ½ تولہ۔

طریقہ تیاری: ہینگ کو ہاون دستہ میں ڈال کر اچھی طرح باریک پیس لیں یاد رہے کہ آنکھوں کے تمام نسخوں میں جو بھی جزو باریک پیسا جائے وہ مثل بہ میدہ ہونا چاہئے کیونکہ اگر یہ اچھی طرح نہ پیسا جائے تو آنکھوں میں رزک پیدا کرتا ہے اور پانی جاری ہو جاتا ہے جس سے دوا کے اثرات فوری ختم ہو جاتے ہیں اور آنکھوں میں سرخی اتر آتی ہے۔ اس پسی ہوئی ہینگ کو شہد میں اچھی طرح باہم ملا دیں اور شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں۔ بوقت ضرورت استعمال کریں۔

مقدار خوراک: صبح و شام ایک ایک سلائی دوا میں تر کر کے آنکھ میں لگا لیا کریں۔ اس کے استعمال سے ابتدائی موتیا بند کو فائدہ ہوتا ہے اس کے علاوہ یہ دوا شب کوری میں بھی مفید و اکسیر ہے۔

مرض درد چشم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: سونے کا ورق ایک ماشہ- شہد خالص دو تولہ۔

طریقہ تیاری: یہ نسخہ ذرا محنت طلب ہے لہٰذا اس کی تیاری کو غور سے پڑھئے اور پھر بنائیے۔
سونے کے ورق کا کچھ حصہ کاٹ کر شہد میں ڈالئے اور شہد کو ہاون دستہ میں ڈال دیں۔
اب دستہ چلائیے اور اس ورق کے ٹکڑے کو باریک پیس کر کے اس شہد میں حل کر دیں۔
اس کے بعد کچھ ٹکڑا اور لیں اور اسے بھی پیس پیس کر شہد کا حصہ بنا ڈالئے۔ اسی طرح تمام ورق شہد کا جزو بنا جائے گا۔ جب سب ورق شہد میں اچھی طرح حل ہو جائیں تو

Scanned with CamScanner

اس مرکب کو روزانہ تین گھنٹہ تک ہاون دستے میں کھرل کیا کریں اس کے بعد باقی تمام دن یہ دوا باہر دھوپ میں رکھ دیں۔ اسے کسی ایسی جگہ رکھئے جہاں دھول نہ اڑتی ہو۔ کھرل کرنے کا صحیح وقت صبح صادق کا ہے اس کے بعد عصر کے وقت اسے دھوپ ڈھلنے پر اُٹھالیا جائے۔ دو ہفتے تک یہ سلسلہ جاری رکھیں۔ یاد رہے کہ یہ دو ہفتے کا کھرل اس صورت سے شروع ہوگا جب سونے کا ورق مکمل طور پر شہد میں حل ہو جائے گا۔ اس کے بعد اس دوا کو شیشی میں ڈال کر محفوظ کرلیں۔

طریقہ استعمال: دو ماشہ صبح قبل از ناشتہ، دو ماشہ بوقت عصر اسے استعمال کیا جاتا ہے یہ ضعف بصارت اور ضعف دماغ کے لئے نہایت مجرب دوا ہے۔ یہ نسخہ حکیم کریم بخش صاحب مصنف مفتاح الخزائن کا ہے۔ اس علاج کے دوران غذا میں مغز بکری، روٹی اور روغن گاؤ استعمال کریں۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص دو تولہ۔ عرق پیاز دو تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اجزاء کو لے کر کسی شیشی میں ڈال کر خوب ہلائیں کہ دونوں یکجان ہو جائیں۔ یہ شیشی محفوظ کرلیں اور بوقت ضرورت استعمال کریں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کے تین قطرے ہر آنکھ میں دن میں دو مرتبہ ڈالیں اور کچھ دیر کے لئے آنکھیں بند رکھیں دو دن میں ہی درد چشم ختم ہو جائے گا اور آنکھوں کی سرخی بھی جاتی رہے گی۔

تیسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص ایک تولہ۔ عرق پیاز ایک تولہ۔ بھیم سینی وکافور تین ماشہ۔

طریقہ تیاری: ان سب اشیاء کو باہم ملا کر شہد میں ڈالیں اور اچھی پھینٹ لیجئے۔

طریقہ استعمال: رات کو سونے سے قبل اس دوا کی ایک ایک سلائی آنکھ میں لگا لیجئے اور اس کے بعد ایک چھوٹا چمچہ شہد کھا کر سو جائیں۔ صبح اُٹھ کر ٹھنڈے پانی سے آنکھیں دھو

لیجئے۔ اس سے آنکھوں کے درد اور پانی وغیرہ آنے کی شکایت رفع ہو جائے گی۔

آنکھ کے پرانے امراض اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: حفتہ السیان تین تولہ۔ قرنفل دو تولہ۔ بادیان پانچ تولہ۔ روغن بادام ایک چھٹانک۔ شہد خالص 1/2 کلو۔

طریقہ تیاری: تمام اشیاء سخت ہاون دستہ میں ڈال کر کوٹ کر باریک پیس لیں اور اس میں روغن بادام ملا کر اچھی طرح یکجان کرلیں اس کے بعد یہ تمام دوا شہد میں ملا کر پھینٹیں، جب اچھی طرح حل ہو جائے تو یہ مثل جوارش محفوظ کریں اور بوقت ضرورت استعمال کریں۔

طریقہ استعمال: یہ آنکھوں کی جملہ بیماریوں کی عمدہ دوا ہے جو کہ خصوصاً پرانی تکالیف کو دور کرتی ہے۔ یہ مرض سل میں بھی لاجواب اثرات رکھتی ہے۔ اس کی خوراک ایک تولہ صبح وشام ہے۔

دوسرا نسخہ:

ہوالشافی: شہد خالص بارہ تولہ۔ بادیان دیسی تین تولہ۔

طریقہ تیاری: بادیان کو باریک پیس کر اور چھان کر شہد میں ملا دیں اور اچھی طرح پھینٹیں تاکہ دونوں اجزاء یکجان ہو جائیں۔ اسے کسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر اور ٹھنڈی جگہ پر رکھیں۔

طریقہ استعمال: اس دوا کی ایک ایک تولہ کی مقدار خوراک کھانا کھانے کے بعد صبح وشام استعمال کریں اور گرم وترش اشیاء سے پرہیز کریں، یہ آنکھوں کی جملہ بیماریوں کو دور کرتی ہے اور سل میں بھی مفید ہے۔

حفاظت چشم اور شہد سے علاج:

ہوالشافی: شہد خالص۔ عرق گلاب۔

طریقہ استعمال: رات کو سوتے وقت شہد کی ایک ایک سلائی آنکھوں میں لگا ، اس کے

بعد پندرہ منٹ تک اپنی آنکھیں بند رکھیں اور اس کے بعد کھول کر عرق گلاب کے چھینٹے آنکھوں میں ماریں۔ اس کے بعد آرام سے بستر پر جا کر لیٹ جائیں اور خواب خرگوش کے مزے لوٹئے۔ یہ عمل روزانہ کرنا بینائی کو تندرست کرتا ہے اور امراض کو قریب پھٹکنے نہیں دیتا ہے۔

پھولا، دھند اور جالا اور شہد سے علاج:

ھوالشافی: کشتہ بارہ سنگھا (جو کہ شیر مدار میں تیار کیا گیا ہو) چار ماشہ۔ شہد خالص ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: دونوں اشیاء باہم ملا کر اچھی طرح حل کر دیں اور شیشی میں ڈال کر محفوظ کر ۔ دوا استعمال کرنے سے پہلے اچھی طرح ضرور ہلا لیا کریں۔

طریقہ استعمال: دن میں تین تین سلائیاں تین مرتبہ لگائیں اور یہ عمل ڈیڑھ ماہ تک جاری رکھیں اس کے بعد اس دوا کے حیرت انگیز کرشمہ دیکھئے۔ اس سے پھولا، دھند اور جالا کا مکمل خاتمہ ہو جاتا ہے۔ بادی النظر یہ معمولی سا نسخہ دکھائی دیتا ہے مگر یہ فوائد کے لحاظ سے نہایت مفید و مجرب ہے۔

☆☆☆

رسول اکرم ﷺ کے پسندیدہ کھانے، پکوان، سبزیاں، پھل اور مشروبات

گوشت کو حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے تمام کھانوں کا سردار قرار دیا ہے کیونکہ یہ انواع واقسام کے کھانوں میں شامل ہے۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے ابن ماجہ میں روایت ہے کہ گوشت دنیا اور جنت دونوں میں تمام سالنوں کا سردار ہے۔ آپ ہی سے یہ روایت بھی ہے کہ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا گوشت کھاتے وقت دل کو فرحت ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے قدرتی طور پر انسان گوشت سے بنے سالنوں کی طرف زیادہ میلان رکھتا ہے۔

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو مچھلی بھی بہت پسند تھی۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے کہ اہل جنت کی تواضع سب سے پہلے جس ہوت سے کی جائے گی اس میں مچھلی کا گوشت بھی شامل ہوگا۔

نبی پاک صلی اللہ علیہ وسلم کا مرغوب ترین کھانا ثرید تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم اسے نہایت شوق سے تناول فرماتے تھے اور اس کی تعریف کرتے تھے۔

ثرید بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ روٹی کو چورا کر کے گوشت کے شوربے اور بوٹیوں میں اچھی طرح ملا دیا جائے۔ کبھی کبھی اس میں مکھن یا گھی بھی ڈالا جاتا ہے جس سے ثرید بہت مرغن اور لذیذ ہو جاتا ہے۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ثرید کو ہمیشہ ٹھنڈا کر کے تناول فرماتے تھے۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے پسندیدہ پکوانوں میں ہریسہ بھی شامل تھا جو ثرید سے ملتا ہے۔ اسے عموماً گیہوں کے آٹے، گوشت کی یخنی اور دودھ سے بنایا جاتا ہے۔

پنیر حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی پسندیدہ غذاؤں میں شامل تھا۔ حضرت ابن عباسؓ سے روایت ہے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے لئے ان کی خالہ نے دستر خوان پنیر، دودھ اور گوہ سے سجایا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے پنیر اور دودھ کو تناول فرمایا تاہم گوہ کو ہاتھ نہیں لگایا کیونکہ آپؐ گوہ کو طبعاً ناپسند فرماتے تھے۔ گوہ اگرچہ حرام نہیں لیکن آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی نفاست طبع کو

اس کا تناول فرمانا گوارا نہ تھا۔ تاہم دوسرے صحابہ کرامؓ نے اسے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے کھایا مگر آپ نے انہیں روکا نہیں۔

حضرت عبداللہ بن عمرؓ کی روایت ہے کہ غزوۂ تبوک کے موقع پر پنیر پیش کیا گیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے چھری طلب فرمائی اور پھر بسم اللہ پڑھ کر چھری سے کاٹ کر اس کو تناول فرمایا۔

حضرت جابرؓ سے روایت ہے کہ ایک دن حضور نبی کریمؐ نے اپنے گھر والوں سے سالن طلب کیا تو گھر والوں نے کہا کہ گھر میں سالن نہیں البتہ سرکہ موجود ہے۔ آپؐ نے سرکہ منگوایا اور اس کے ساتھ روٹی تناول فرمانے لگے اور یہ فرماتے جاتے تھے کہ سرکہ بہترین سالن ہے، سرکہ بہترین سالن ہے۔

ایک بار آپ صلی اللہ علیہ وسلم ام ہانیؓ کے یہاں تشریف لے گئے جو آپ کی چچازاد بہن اور حضرت علیؓ کی ہمشیرہ تھیں۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے انتہائی بے تکلفی سے فرمایا۔ ام ہانی کھانے کو جو کچھ ہو لاؤ۔ انہوں نے انتہائی تاسف سے کہا۔ یا حضور صلی اللہ علیہ وسلم! گھر میں سوکھی روٹی اور سرکہ کے علاوہ اور کچھ نہیں۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔ وہی لے آؤ۔ وہ گھر سالن سے خالی نہیں جس میں سرکہ ہو۔ یہ سن کر ام ہانیؓ بہت مسرور ہوئیں۔ انہوں نے سوکھی روٹی اور سرکہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں پیش کیا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے تناول فرمایا۔

مکھن اور گھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو بہت پسند تھے۔ مکھن اور کھجور کو آپ صلی اللہ علیہ وسلم بہت شوق سے تناول فرماتے تھے۔ ایک مرتبہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم حضرت بسر کے یہاں تشریف لے گئے تو ان کے دو بیٹوں نے مکھن اور کھجور سے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی تواضع کی۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت صفیہؓ سے نکاح کے بعد جو دعوتِ ولیمہ دیا تھا اس میں مہمانوں کے لئے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے کھجور پنیر اور گھی سے اپنے دسترخوان کو سجایا تھا۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانہ میں عرب میں ستو کا استعمال عام تھا۔ گندم سے بنے ہوئے ستوؤں کے مقابلے میں آپ کو جو سے بنے ہوئے ستو زیادہ پسند تھے۔ ستو کے متعلق بخاری، نسائی، ابن ماجہ، ترمذی، ابوداؤد اور مسند احمد میں کئی احادیث آئی ہیں۔ النسائی اور مسند احمد کی روایات میں ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے روزہ افطار کرنے میں اکثر ستوؤں کا

شربت نوش فرمایا کیونکہ دن بھر کے روزے کی کمزوری رفع کرنے کے لئے یہ بہت مفید ثابت ہوتا تھا۔

حضور صلی اللہ علیہ وسلم کو کدو بہت مرغوب تھا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم اسے نہایت شوق سے کھاتے تھے۔ بخاری شریف میں ہے کہ ایک بار ایک درزی نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی دعوت کی اور کھانے میں گوشت اور کدو پیش کیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم شوربے میں سے کدو چن چن کر کھاتے تھے۔

طبرانی میں حضرت واثلہؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔
''تمہارے لئے کدو ہے۔ یہ دماغ کی صلاحیت کو بڑھاتا ہے اور تمہارے لئے مسور کی دال موجود ہے جس کی تعریف کم از کم ستر انبیاء علیہم الصلوٰۃ والسلام کی زبان سے ہوئی۔''

امام ذہبیؒ نے آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کی ایک روایت بیان کی ہے۔ ''اگر میری امت کو یہ معلوم ہو جائے کہ میتھی میں کتنے فوائد ہیں تو وہ اسے سونے کے بھاؤ خریدنے میں بھی دریغ نہ کریں۔''

حضرت عائشہؓ کا فرمانا ہے کہ حضرت صلی اللہ علیہ وسلم میٹھی چیز اور شہد کو بہت پسند فرماتے تھے۔ خطابیؒ نے لکھا ہے کہ آنحضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کا میٹھی چیزوں کا پسند کرنا طبعی خواہش کی بنا پر نہیں تھا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم اکثر و بیشتر میٹھی چیزیں کھانا پسند فرماتے تھے بلکہ بہت پسند کرنے کا مطلب محض یہ ہے کہ جب آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے دسترخوان پر میٹھی چیز آتی تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم اس کو اتنی رغبت کے ساتھ تناول فرماتے کہ معلوم ہوتا کہ یہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو بہت مرغوب ہے۔

تلبینہ ''جو'' کا دلیہ ہے۔ اس کے تیار کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ جو کا آٹا بغیر چھانے دودھ میں پکایا جاتا ہے اور مٹھاس کے لئے اس میں شہد ڈالا جاتا ہے۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ میں نے رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ تلبینہ دل کی بیماری کے لئے راحت ہے اور رنج و غم کو ختم کرتا ہے۔ جب کوئی نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے بھوک کی کمی کی شکایت کرتا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم اسے تلبینہ کھانے کا حکم دیتے تھے۔

حریرہ بھی تلبینہ کی طرح کا ایک پکوان ہے مگر یہ آٹا پانی اور گھی کو ملا کر تیار کیا جاتا ہے اور

Scanned with CamScanner

اس میں مٹھاس کے لئے شیرینی ڈالی جاتی ہے۔ تلبینہ اور حریرہ میں فرق یہ ہے کہ تلبینہ دودھ، جو کا آٹے اور شہد پر مشتمل ہوتا ہے جبکہ حریرہ میں آٹے کے ساتھ پانی، گھی اور شکر بنیادی اجزاء ہوتے ہیں۔

حضرت عائشہؓ سے روایت ہے کہ جب رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے گھر والوں میں کسی کو بخار آ جاتا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم حریرہ تیار کرنے کا حکم دیتے چنانچہ حریرہ تیار کیا جاتا اور پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم مریض کو پلاتے اور فرماتے۔ ''حریرہ غمزدہ دل کو طاقت پہنچاتا ہے اور بیمار کے دل سے رنج وکلفت اتار دیتا ہے۔ اس کی کمزوری کو یوں اتار دیتا ہے کہ جیسے کہ تم میں سے کوئی اپنے چہرے کو پانی سے دھو کر صاف کرتا ہو۔''

حریرہ اور تلبینہ کے بارے میں لکھا گیا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم انہیں گرم گرم کھانے، بار بار کھانے اور خالی پیٹ کھانے کو زیادہ پسند کرتے تھے۔

ابونعیم نے ابوسعیدؓ سے روایت کی ہے کہ بادشاہِ روم نے آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت اقدس میں سونٹھ کا مربہ ایک مرتبان میں بطور تحفہ بھیجا۔ اس سے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے خود بھی کھایا اور صحابہ کرام کو بھی کھلایا۔ سونٹھ کے مربہ کی یہ خاصیت ہے کہ بھوک لگاتا ہے۔ کھانا ہضم کرتا ہے۔ قے کو روکتا ہے۔ کسلمندی کے لئے مفید ہے۔ ریاح کو تحلیل کرتا ہے۔ مقوی دماغ ہے اور غلیظ مادے جسم سے نکال باہر کرتا ہے۔

ابوداؤد میں روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی زندگی میں جو کھانا آخری مرتبہ کھایا تھا، اس کو پکاتے وقت اس میں پیاز ڈالی گئی تھی۔

ایک مرتبہ امام حسینؓ اور حضرت عبداللہ بن عباسؓ نے حضرت سلمٰیؓ سے فرمائش کی کہ آج ہم کو وہ کھانا پکا کر کھلاؤ جو حضور صلی اللہ علیہ وسلم کو بہت مرغوب تھا۔ آپؓ نے فرمایا کہ شاید آپ کو وہ مرغوب نہ ہو۔ انہوں نے اصرار کیا تو آپؓ نے جو کا آٹا پیس کر ہانڈی میں چڑھایا۔ اوپر سے روغن زیتون زیرہ اور کالی مرچیں ڈالیں۔ پک گیا تو لوگوں کے سامنے رکھا کہ یہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی محبوب ترین غذا تھی۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے کئی جگہوں پر زیتون اور زیتون کے تیل کے استعمال کی بہت تاکید کی ہے۔ ترمذی شریف میں روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ

زیتون کے تیل کو کھاؤ اور اس سے جسم کی مالش کرو کہ یہ ایک مبارک درخت سے ہے۔

ابونعیم نے کتاب الطب میں لکھا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت علیؓ سے ارشاد فرمایا کہ اے علی! زیتون کھایا کرو اور اس کے تیل کی مالش کیا کرو اس لئے کہ جو شخص روغن زیتون کی مالش کرتا ہے، اس کے پاس چالیس روز تک شیطان نہیں آتا۔

ایک مرتبہ حضرت عمر فاروقؓ کے پاس ایک مہمان ٹھہرا۔ آپؓ نے رات کے کھانے میں اسے اونٹ کی سری اور زیتون کا تیل پیش کرتے ہوئے کہا کہ میں یہ تمہیں اس لئے کھلا رہا ہوں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کو مبارک درخت قرار دیا ہے۔

مطالعہ سیرت سے معلوم ہوتا ہے کہ پھل آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو بے حد محبوب تھے اور جو پھل بھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں پیش کئے گئے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دعائے خیر و برکت کے ساتھ انہیں تناول فرمایا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی عادتِ مبارکہ تھی کہ موسم کا جو بھی پہلا پھل آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں پیش کیا جاتا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم اس کو اپنی آنکھوں اور ہونٹوں پر رکھتے اور یہ الفاظ ادا فرماتے۔

''اے اللہ! جس طرح آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں اس پھل کا شروع دکھایا، اس طرح اس کا آخر بھی ہمیں دکھلا۔'' اس کے بعد حاضرین میں جو سب سے کم عمر بچہ ہوتا تو اسے عنایت فرماتے۔

انار کے بارے میں حضرت انس بن مالکؓ کی ایک روایت ابونعیم نے نقل کی ہے کہ ''میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے انار کے بارے میں پوچھا تو حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ایسا کوئی انار نہیں ہوتا کہ جس میں جنت کے اناروں کا دانہ شامل نہ ہو (بعض کا ترجمہ ہے ''ہر انار میں ایک قطرہ جنت کے پانی کا ضرور ہوتا ہے'')

حضرت ابوردراؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت اقدس میں انجیر کا ایک تھال بھرا ہوا تحفہ میں آیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے صحابہ کو فرمایا: اس میں سے کھاؤ۔ اگر کوئی پھل جنت سے زمین پر آ سکتا ہے تو میں کہوں گا کہ یہی ہے۔ بلاشبہ انجیر جنت کا میوہ ہے۔ اس کو کھاؤ۔ یہ بواسیر کو کاٹ کر پھینک دیتا ہے اور جوڑوں کے درد میں فائدہ دیتا ہے۔

پھلوں میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو انگور بھی بہت زیادہ پسند تھا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم

Scanned with CamScanner

نے اسے تازہ اور خشک دونوں حالتوں میں تناول فرمایا ہے۔ حضرت سعدؓ نے ایک مرتبہ خشک انگور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں پیش کئے تھے۔ حضرت تمیم الداریؓ نے ایک منقہ کا تحفہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں پیش کیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے اپنے ہاتھوں میں لے کر فرمایا: ''اسے کھاؤ یہ بہترین کھانا ہے۔ یہ تھکن کو دور کرتا ہے۔ غصہ کو ٹھنڈا کرتا ہے۔ اعصاب کو مضبوط بناتا ہے۔ چہرے کو نکھارتا ہے۔ بلغم کو نکالتا ہے اور چہرے کی رنگت سنوارتا ہے۔''

بخاری شریف میں ہے کہ بیری کے پھل کا کسی اور سے کیا مقابلہ کہ اس کے تین اہم اوصاف ہیں۔ اس کا سایہ گھنا اور ٹھنڈا، اس کو لذیذ پھل لگتے ہیں اور اس سے اچھی خوشبو آتی ہے۔

ابن ماجہ میں روایت ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔ ''سفرجل (بہی) کھاؤ کہ دل کے دورے کو دور کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ایسا کوئی نبیؑ مامور نہیں فرمایا جسے جنت کا سفرجل نہ کھلایا ہو کیونکہ یہ فرد کی قوت کو چالیس افراد کے برابر کرتا ہے۔''

عوف بن مالکؓ سے روایت ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔ ''سفرجل کھاؤ یہ دل کے دورے کو ٹھیک کرتا ہے اور دل کو مضبوط کرتا ہے۔''

حضرت طلحہؓ بن عبداللہؓ سے روایت ہے کہ میں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا تو اس آپ صلی اللہ علیہ وسلم اپنے اصحاب کی مجلس میں تشریف فرما تھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ہاتھوں میں سفرجل تھا۔ جس سے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کھیل رہے تھے۔ جب میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی مجلس میں بیٹھ گیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے میری طرف کر کے فرمایا۔ ''اے ابا ذر! یہ دل کو طاقت دیتا ہے۔ سانس کو خوشبودار بناتا ہے اور سینہ سے بوجھ کو اتارتا ہے۔''

ترنج یا چکوترا لیموں کی مانند ایک پھل ہے۔ اس کا چھلکا رنگت میں زرد سرخی مائل اور خوشبودار ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ اشتہا انگیز ہوتا ہے۔ مفید اجزا اور فرحت بخش تاثیر اسے پھلوں میں ایک نمایاں مقام دیتے ہیں۔ چکوترا (ترنج) کا پھل غذائیت بخش، مفرح اور ان تمام اجزاء کا مالک ہوتا ہے جو سنگترے یا مالٹے اور لیموں میں پائے جاتے ہیں۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے مومن کی مثال ترنج سے دی ہے۔ بخاری شریف میں حضرت ابوموسیٰ الاشعریؓ کی روایت ہے کہ رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ وہ مومن جو قرآن پڑھتا

ہے، اس کی مثال انزل کی طرح ہے جس کی خوشبو بھی عمدہ ہوتی ہے اور ذائقہ بھی لطیف اور لذیذ ہوتا ہے۔

حضرت عبداللہ ابن جعفرؓ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو ککڑی اور تازہ کھجور ملا کر کھاتے دیکھا ہے۔ (بخاری شریف)

ککڑی اور کھجور کو ملا کر کھانے کی صورت یا تو یہ ہوتی ہے کہ دونوں کو ملا کر ایک منہ میں رکھتے اور کھاتے تھے یا پہلے کھجور تناول فرمائی اور اس کے بعد ککڑی یا ککڑی کی ایک قاش اور ایک کھجور تناول فرماتے تھے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان دونوں کو ملا کر اس لئے کھایا ہے کہ کھجور گرم ہے اور ککڑی کا مزاج سرد تر ہے اور ایک حد تک بادی ہے۔ دونوں مل کر معتدل بن جاتے ہیں۔

کھجور خصوصی طور پر آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو بہت پسند تھی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا دسترخوان بھی عموماً اس سے سجا رہتا تھا اور یہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی عمومی خوراک تھی۔ بطور دوا بھی مستعمل رہی۔ کھجور کے متعلق کئی ایک احادیث ہیں جن میں سے چند پیش کی جاتی ہیں۔

بخاری شریف میں حضرت عامر بن سعد بن ابی وقاص اپنے والد سے روایت کرتے ہیں کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ جس نے صبح اٹھتے ہی عمدہ کھجور کے سات دانے کھا لئے۔ اس دن اسے جادو اور زہر نقصان نہ دے سکیں گے۔

بخاری اور مسلم میں ہے کہ مسلمانوں کے ہاں جب بھی بچہ پیدا ہوتا تھا، وہ دعائے خیر و برکت کے لئے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں پیش کیا جاتا تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم بچے کے لئے دعائے خیر و برکت کی مانگتے اور اس کے بعد چھوہارہ منہ میں چبا کر اس کا گودا بچے کے منہ میں چپکا دیتے کیونکہ اس سے نہ صرف بچے کا پیٹ صاف ہوتا اور پیٹ میں کیڑے پیدا نہ ہوتے بلکہ چھوہارہ ان کی گھٹی میں بھی پڑتا۔ چونکہ یہ ان کی روزمرہ کی خوراک تھی اور حکماء کہتے ہیں کہ جو چیز گھٹی میں بچے کو دی جائے اس کے مضر اثرات سے بچہ عمر بھر کے لئے محفوظ ہوتا ہے۔

مشروبات میں دودھ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو بہت پسند تھا۔ حضرت ابن عباسؓ کی ایک روایت مشکوٰۃ شریف سے نقل کی گئی ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''جب تم میں

Scanned with CamScanner

سے کوئی شخص کھانا کھائے تو یوں کہے۔ ''اے اللہ ہمارے لئے اس کھانے میں برکت عطا فرما اور ہم کو اس سے بھی اچھا کھلا اور جب تم میں سے کسی شخص کو دودھ ملے تو یہ دعا پڑھے۔ اے اللہ ہمارے لئے اس دودھ میں برکت عطا فرما اور ہم کو اس سے زیادہ پینے کو دے۔''

سفرِ معراج میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے پینے کے لئے تین پیالے پیش کئے گئے۔ ایک میں پانی دوسرے میں دودھ اور تیسرے میں شراب تھی۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دودھ کا پیالہ اٹھالیا جس پر حضرت جبرائیلؑ نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو مبارکباد دی کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم فطرت کی راہ پا گئے۔

دودھ میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو بکری کا دودھ پسند تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے خالص دودھ بھی پیا ہے اور اس میں پانی ملا کر بھی نوش فرمایا ہے۔ دودھ نوش فرمانے کے بعد آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے کلی فرمائی ہے۔ تاہم گندگی کھانے والے جانور کا گوشت کھانے اور اس کا دودھ پینے سے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے منع فرمایا ہے۔ تفسیر زاہدی میں ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ اپنے بچے کو احمق اور فاحشہ عورتوں سے دودھ نہ پلواؤ کیونکہ دودھ کا اثر بچہ کے جسم اور اخلاق دونوں پر پڑتا ہے۔

بخاری شریف میں حضرت عائشہؓ سے روایت ہے کہ پینے والی چیزوں میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو شہد سب سے زیادہ پسند تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول تھا کہ روزانہ ایک پیالہ میں شہد کو پانی میں ملا کر گھونٹ گھونٹ نوش فرماتے تھے۔ ابن ماجہ میں ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ شفا دینے والی دو چیزوں کو اپنے اوپر لازم کرلو۔ ایک شہد اور دوسرا قرآن۔

ابن ماجہ میں حضرت ابو ہریرہؓ ابن ماجہ سے روایت ہے کہ جو شخص ہر ماہ تین دن صبح کے وقت شہد چاٹ لیا کرے تو وہ کسی بڑی مصیبت میں مبتلا نہیں ہوتا۔

آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم جو مشروبات عموماً نوش فرمایا کرتے تھے، ان میں ایک نقیع اور نبیذ خاص کر قابل ذکر ہیں۔ نقیع کو بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ انگور یا کھجوروں کو پانی میں محض بھگو دیا جاتا ہے، جوش نہیں دیا جاتا۔ اس طرح انگور یا کھجوروں کی مٹھاس اس پانی میں آجاتی ہے اور عمدہ قسم کا ایک شربت بن کر تیار ہوتا ہے جو انتہائی مفید ہوتا ہے۔ خرما کا نقیع نہ صرف نظام ہضم کو درست رکھتا ہے بلکہ کھانے کو جلد ہضم کرنے میں نہایت مددگار ثابت ہوتا ہے جبکہ انگور کا

نقیع جسم کی زائد حرارت کو دفع کرنے کی خاصیت رکھتا ہے۔

نبیذ بھی اسی طرح بنتا ہے۔ مگر فرق صرف اتنا ہے کہ نبیذ کی صورت میں کھجور یا منقہ (خشک انگور) پانی میں بھگو کر کچھ وقت کے لئے چھوڑ دیا جاتا ہے تا کہ اس میں کچھ ہلکی سی تیزی اور تغیر پیدا ہو جائے لیکن اتنی زیادہ تیزی یا تغیر نہیں کہ جو نشہ آور ہو جانے کی حد تک پہنچ جائے کیونکہ جس نبیذ میں نشہ پیدا ہو جاتا ہے اس کا پینا قطعاً حرام ہے۔ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم اس نبیذ کو ہرگز نہیں پیتے تھے جس پر تین دن سے زائد کا عرصہ گزر جاتا تھا۔ نقیع کی طرح نبیذ بھی ایک فرحت بخش مشروب ہے۔ نبیذ انگور (منقہ) اور کھجور کے علاوہ شہد، گیہوں اور جو سے بھی تیار کی جاتی ہے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

خوشبویاتِ نبوی صلی اللہ علیہ وسلم

معطر ہوائیں اور عطر بیز فضائیں روح انسانی کیلئے غذا کا کام کرتی ہیں اور روح قویٰ کیلئے سرمایہ حیات ہیں۔ خوشبو سے روح میں توانائی پیدا ہوتی ہے۔ جس سے دماغ کو کیف اور اعضاء باطنی کو راحت نصیب ہوتی ہے۔ خوشبو سے نفس کو سرور اور روح کو انبساط حاصل ہوتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں خوشبو روح کیلئے حد درجہ خوشگوار اور خوب تر چیز ہے۔ خوشبو اور پاک روحوں میں گہرا تعلق ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اطیب الطیبین رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو دنیا کی چیزوں میں سے ایک چیز خوشبو بہت زیادہ محبوب تھی۔

خوشبو کے بارے میں رسول اللہ ﷺ کی عاداتِ مبارکہ

آپؐ خوشبو کی چیز اور خوشبو کو بہت پسند فرماتے اور کثرت سے اس کا استعمال فرماتے اور دوسروں کو بھی اس کی ترغیب دیتے تھے۔ (نشر الطیب)

سونے سے بیدار ہوتے تو قضائے حاجت سے فراغت کے بعد وضو فرماتے اور پھر خوشبو لباس پر لگاتے۔ خدمت اقدس میں خوشبو ہدیتاً پیش کی جاتی تو آپؐ ضرور قبول فرماتے۔ خوشبو کی چیز واپس کرنے کو ناپسند فرماتے۔ (شمائل ترمذی)

پسندیدہ خوشبو

1- ریحان کی خوشبو کو بہت پسند فرماتے اس کے رد کرنے کو منع فرماتے۔ (شمائل ترمذی)

2- مہندی کے پھول کو بہت محبوب رکھتے۔

3- مشک اور عود کی خوشبو کو تمام خوشبوؤں میں زیادہ محبوب رکھتے۔ (زاد المعاد)

ارشادِ نبویؐ ہے کہ ''خوشگوار بو دل کو قوت دیتی ہے۔''

چار باتیں پیغمبروں کی سنت ہیں۔ مسواک کرنا، مہندی لگانا، خوشبو لگانا اور نکاح کرنا۔

حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا، تمہاری دنیا سے تو یہی دو چیزیں میں نے لی ہیں۔ عورتیں

اور خوشبو، اور فرمایا جو پیسہ خوشبو میں صرف کیا ہو، وہ اسراف نہیں ہے اور جو کوئی تمہارے پاس خوشبو لے آئے تو چاہئے کو اس کو سونگھے اور اپنی آنکھوں پر رکھے کیونکہ یہ جنت کے باغوں کا تحفہ ہے۔ خوشبو کپڑوں میں رہنے تک فرشتے نیکیاں لکھتے رہتے ہیں۔

عورتوں کیلئے باہر نکلتے وقت خوشبو لگانا منع ہے۔ چنانچہ فرمایا کہ جو عورت خوشبو لگا کر گھر سے نکلے تو فرشتے اس کے گھر واپس آتے تک اس پر لعنت کرتے رہتے ہیں۔

اور ایک حدیث میں آیا ہے ''عورتوں کی خوشبو وہ ہے جس کا رنگ ظاہر ہو اور بُو چھپی ہوئی ہو (حنا) اور مردوں کی خوشبو وہ ہے جس کی بُو ظاہر ہو اور رنگ چھپا ہوا ہو۔ (گلاب)

ذیل میں ہم رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پسندیدہ خوشبویات اور صحت و اعصاب پر ان کے اثر کے حوالے سے چند سطور تحریر کر رہے ہیں۔

گلاب

آپؐ نے فرمایا، یہ پھولوں کا بادشاہ ہے۔ گلاب کا پھول معراج کی یادگار ہے۔ جو شخص میری بو سونگھنا چاہے وہ گلاب سونگھے۔ ہر سرخ گلاب فردوس کا پھول ہے۔

اطباء نے گلاب کی خوشبو کو مفروح اور خفقان کیلئے مفید بتایا ہے۔ طب وصحت کی مستند کتاب میٹریا میڈیکا میں ڈاکٹر نڈکرنی نے سرخ گلاب کو ہلکا ٹانک اور عام کمزوری میں مفید بتلایا ہے۔ گلقند کا استعمال رنگ کو نکھارتا ہے اور گھبراہٹ کیلئے استعمال ہوتا ہے۔ چونکہ گلاب کا عطر بے رنگ اور اس کی بو تیز ہوتی ہے، اس لئے یہ مردوں کا عطر ہے۔

ریحان تلسی

قرآن میں ریحان سورہ رحمٰن آیت 12 اور سورۂ واقعہ آیت 89 میں مذکور ہے جس سے خوشبودار پھول مراد ہے۔

اس کے پھول اور پتیاں دونوں پیشاب آور ہوتے ہیں۔ پورا پودا جراثیم کش ہوتا ہے۔

تخم ریحانی ادویہ معدے کی تکالیف، جریان، پیچش میں بہترین دوا ہے۔

اسی کی ایک قسم مرزنجوش ہے جس کی خوشبو حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو بے حد پسند تھی۔

Scanned with CamScanner

اس کی ایک قسم ریحان کافور بھی ہے جس سے کافور نکالا جاتا ہے۔

خوشبو مقوی قلب، منفث بلغم اور دافع تعفن ہے۔ اس کے روغن کی خاصیت سے مچھر دور بھاگ جاتے ہیں اور ہوا کا تعفن دور ہو جاتا ہے۔ اس کا جوہر خوشبو کیلئے استعمال ہوتا ہے۔ ڈاکٹر رستم جی نے اس کے تیل کو محرک، مبہی اور ہاضم اور بچوں کو سردی اور کھانسی میں مفید لکھا ہے۔

مشک

مزاج کے لحاظ سے یہ گرم وخشک ہے۔ تاثیر کے لحاظ سے مقوی حواس ظاہری و باطنی، مفرح (فرحت بخش) ضعف قلب و دماغ اور اکثر اعصابی امراض میں بے حد مفید ہے۔ اس کی پیاری خوشبو سے دل مسرور ہو جاتا ہے اور خوشبویات میں اینٹی الرجک ہونے کی وجہ سے اکثر لوگ اس کو پسند کرتے ہیں۔ اس کی خوشبو سونگھنے سے نزلہ اور دمہ کو فائدہ ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے بھی اپنے کلام میں مشک کا ذکر فرمایا ہے۔ اس کی بو تیز اور عطر رنگ دار ہوتا ہے۔ اس لئے یہ عطر مردوں کا ہے۔

مہندی کے پھولوں کی خوشبو (حنا)

درد سر اور بالوں کی حفاظت اور خوبصورتی کے لیے اس کے پتوں کا استعمال عام طور پر مسلم طبقہ میں بکثرت ہوتا ہے۔ عورتیں ہر تقریب میں اس کو پابندی سے استعمال کرتی ہیں۔ اس لئے کہ عورتوں کے ہاتھ مہندی لگانے کو تاکید نبویؐ قرار دیا گیا ہے۔

اطباء نے عورتوں میں دست حنائی کو اکثر امراض رحم اور سیلان میں مفید بتلایا ہے اور لکھا ہے کہ اس طرح مہندی کا پابندی کے ساتھ استعمال عورتوں کے رحم کو باکرہ رکھتا ہے اور مردوں میں قوت باہ کو بڑھاتا ہے۔

زمانہ قدیم میں یہودی مہندی کے پھولوں کے معطر پانی سے نہاتے اور اپنے مردوں کے کفن تر کرتے تھے۔ ڈاکٹر نڈکرنی نے اس کے پھولوں کے تکیہ کو نیند آور بتلایا ہے۔ چونکہ اس کی بو بھینی بھینی اور کپڑوں پر اس کا دھبہ آتا ہے۔ اس لئے یہ عورتوں کا عطر ہے۔

کیوڑہ

تیز بو کی وجہ شمائل ترمذی نے اس کو مردانہ خوشبوؤں میں شامل کیا ہے۔ یہ عجیب بات ہے کہ کیوڑہ کے مذکر پھول ہی میں زیادہ خوشبو ہوتی ہے۔ مزاج گرم و تیز ہے۔ اس کے عرق کو تفریح وتقویت قلب و دماغ کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

خوشبو کے ذریعہ حفظان صحت کی بابت ہدایات نبویؐ

عمدہ خوشبو روح کی غذا ہے اور روح قوائے انسانی کیلئے سواری ہے اور قویٰ میں خوشبو سے بالیدگی آتی ہے اور دماغ، دل اور تمام باطنی اعضاء کو نفع پہنچتا ہے۔ قلب کو فرحت ملتی ہے۔ نفس خوش ہوتا ہے اور روح میں بالیدگی آتی ہے۔ خوشبو روح کیلئے نہایت موزوں چیز ہے اور جان بخش ہے۔ روح اور عمدہ خوشبو کے درمیان قریبی تعلق پایا جاتا ہے۔ اس لئے پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی دنیا کی دو محبوب ترین چیزوں میں سے ایک خوشبو بھی تھی۔ صحیح بخاری میں مذکور ہے کہ آپؐ کبھی خوشبو کا تحفہ رد نہیں فرماتے تھے۔

سنن ابو داؤد اور نسائی میں حضرت ابو ہریرہؓ سے مرفوعاً روایت موجود ہے کہ آپؐ نے فرمایا:

''جس کو خوشبو پیش کی جائے تو اسے واپس نہ کرے، اس لئے کہ یہ بے باز ہلکا تحفہ ہے اور خوشبو بھی عمدہ ہے۔''

مسند بزار میں نبیؐ سے روایت ہے۔ آپؐ نے فرمایا:

''خدا پاک ہے، پاکی کو پسند فرماتا ہے۔ پاکیزہ ہے، پاکیزگی اسے محبوب ہے۔ کریم ہے کرم کو پسند کرتا ہے۔ سخی ہے جود وسخا کو پسند فرماتا ہے، لہٰذا اپنے صحنوں اور آنگن کو صاف شفاف رکھو اور یہود کی طرح مت ہو جاؤ جو اپنے گھر میں کوڑا کرکٹ جمع رکھتے ہیں۔''

ابن ابی شیبہ نے بیان کیا کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پاس ''سکہ'' نامی ایک طرح کی خوشبو تھی جس کو آپؐ استعمال کرتے تھے۔

نبی اکرم علیہ السلام سے یہ حدیث صحیح طور پر ثابت ہے کہ آپؐ نے فرمایا:

''ہر مسلمان پر اللہ کا حق یہ ہے کہ وہ ہر ہفتہ غسل کرے اور اگر اسے خوشبو میسر ہو تو لگائے۔''

خوشبو کی خاصیت یہ ہے کہ فرشتے اسے پسند کرتے ہیں اور شیاطین اسے ناپسند کرتے ہیں اور شیاطین کو سب سے زیادہ محبوب ناپسندیدہ بدبو ہے اور پاکیزہ روحیں عمدہ خوشبو محبوب رکھتی ہیں اور ناپاک و خبیث روحوں کو گندگی اور بدبو سے آسودگی ہوتی ہے اور ہر روح اپنے ذوق کے مناسب چیز کی طرف مائل ہوتی ہے۔ چنانچہ گندگیاں اور خبائث گندے لوگوں کیلئے ہیں اور وہ گندگیاں ہی محبوب رکھتے ہیں اور پاکیزگی پاکیزہ لوگوں کیلئے ہے اور یہ لوگ عمدہ اور پاکیزہ چیزوں کو پسند کرتے ہیں۔ یہ اگرچہ عورتوں اور مردوں کے سلسلہ میں ہے مگر تمام اعمال و اقوال میں بھی یہی بات پائی جاتی ہے۔ کھانے اور پینے کی چیزوں اور خوشبو بدبو میں بھی یہی قانون جاری ہے۔ یہ اس لئے ایسا ہے کہ یا تو اس کا لفظ عام ہے یا اس لفظ کا مفہوم عام ہے۔

☆☆☆

طب نبویؐ میں مباشرت کے اعلیٰ قوانین

جماع اور قوت باہ کے سلسلہ میں بھی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ہدایات تمام ہدایات سے کہیں بڑھ چڑھ کر ہیں۔ ان کو اپنا کر صحت کی حفاظت کرنی ممکن ہے اور اسی کے ذریعہ لذت و سرور کا پورا پورا سامان فراہم کیا جا سکتا ہے اور جماع اور قوت باہ کی وضع جن مقاصد کے پیش نظر کی گئی ہے، ان کا حصول بھی آپؐ ہی کے طریق پر چل کر ممکن ہے، جماع تین باتوں کیلئے وضع ہوئی ہے اور یہی جماع کے حقیقی مقاصد ہیں۔

پہلا مقصد نسل انسانی کا بقاء و دوام ہے۔ جماع ہی کے ذریعہ پوری بنی نوع انسانی کا بقاء ممکن ہے اور خدا نے انسانوں کی جو تعداد بھی اپنے علم کے مطابق دنیا میں متعین فرمائی ہے، اس کی تکمیل کا واحد ذریعہ جماع ہے۔

دوسرا مقصد اس رطوبت کا اخراج ہے جس کے رک جانے اور جمع ہو جانے سے سارے بدن کو نقصان و ضرر سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔

تیسرا مقصد خواہش پوری کرنا، لطف اندوزی اور نعمت الٰہی سے بہرہ ور ہونا ہے اور یہی ایک نفع ہے جو انسان کو جنت میں حاصل ہوگا کیونکہ وہاں نہ اضافہ نسل ہوگا اور نہ منی کو بذریعہ جماع خارج کرنا مقصود ہوگا۔

دنیا کے تمام بڑے فاضل اطباء کا خیال ہے کہ جماع حفظانِ صحت کا ایک بہترین ذریعہ ہے۔ حکیم جالینوس نے لکھا ہے کہ منی کے جوہر پر آگ اور ہوا کا غلبہ ہوتا ہے اور اس کا مزاج حار رطب ہے، اس لئے کہ اس کا وجود اس خالص صاف خون سے صاف ہوتا ہے، جو اعضائے اصلیہ کی غذا کے کام آتا ہے۔ جب منی کی حقیقت واضح ہوگئی تو یہ بھی معلوم ہونا چاہیے کہ اس کو بدن سے جدا کرنا اور خارج کرنا کسی بڑے مقصد کے پیش نظر ہی ہوسکتا ہے اور وہ نسل انسانی کی حفاظت اور جمع شدہ منی کو اخراج کرنا ہے۔ چنانچہ جس کی منی رک گئی وہ بہت سے موذی مرض کا شکار ہوتا ہے۔ مثلاً وسوسے، جنون، مرگی وغیرہ جیسے قاتل اور مہلک امراض سے دوچار ہوتا

Scanned with CamScanner

ہے اور اس کے صحیح استعمال سے انسان ان امراض خبیثہ سے اکثر محفوظ رہتا ہے۔ اس لئے کہ اگر یہ زیادہ دنوں تک رکی رہ جائے تو فاسد ہو جاتی ہے اور زہریلی صورت اختیار کر لیتی ہے جس سے امراض پیدا ہوتے ہیں۔ اسی وجہ سے جماع نہ کرنے کے باعث جب منی کی کثرت ہو جاتی ہے تو طبیعت اس کو احتلام کے ذریعے نکال دیتی ہے۔

بعض دانشوروں کا کہنا ہے کہ انسان کو خود سے تین معاہدے کر لینا چاہئیں۔ پہلا تو یہ کہ چہل قدمی کرنا ترک نہ کرے۔ اگر کبھی کسی ضرورت کے پیش نظر ترک کر دے تو اس میں کوئی مضائقہ نہیں۔ دوسرا یہ کہ کھانا ترک نہ کرے کہ اس سے آنتوں میں تنگی ہو جاتی ہے اور تیسرا معاہدہ یہ کہ جماع کرنا نہ چھوڑے۔ اس لئے کہ جس کنویں سے پانی نہیں نکالا جاتا وہ خشک ہو جاتا ہے اور محمد بن زکریا کا بیان ہے کہ جو عرصہ تک جماع نہ کرے تو اس کی اعصابی قوت جاتی رہے گی اور منی کے راستے مسدود ہو جائیں گے اور اس کا عضو تناسل سکڑ جائے گا۔ مزید بیان کیا کہ میں نے ایک جماعت کو دیکھا کہ اس نے خشک مزاجی اور زہد و ورع کے باعث جماع کرنا چھوڑ دیا تو ان کے جسم ٹھنڈے پڑ گئے اور ان کیلئے نقل و حرکت دشوار ہوگئی اور ان پر بغیر کسی سبب کے مشکلات کا نزول ہوا، ان کی خواہشات ختم ہوگئیں اور ہاضمہ کمزور ہو گیا۔

جماع کرنے کا ایک فائدہ یہ ہے کہ آدمی کی نگاہ پست ہو جاتی ہے، نفس پر کنٹرول ہو جاتا ہے اور حرام کاری سے محفوظ رہتا ہے اور اسی جذبہ کے تحت اسے نکاح کی خواہش اور عورت کے حصول کی تمنا ابھرتی ہے جس سے اسے دنیاوی واخروی دونوں نفع حاصل ہوتے ہیں اور عورت سے الگ نفع اٹھاتا ہے۔ اسی وجہ سے پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس کا بے حد لحاظ رکھتے اور اسے پسند فرماتے۔ آپؐ خود فرماتے ہیں کہ تمہاری دنیا کی دو چیزیں مجھے بہت پسند ہیں۔ ایک عورت اور دوسری خوشبو۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اپنی امت کو شادی کرنے کی ترغیب دلائی ہے۔ آپؐ نے فرمایا:

''شادی کرو اس لئے کہ میں بروز قیامت دیگر امتوں کے مقابل تمہاری کثرت پر فخر کروں گا۔''

دوسری حدیث میں رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا۔

''میں عورتوں سے ہم بستری کرتا ہوں، سوتا ہوں، جاگتا بھی ہوں، روزہ رکھتا ہوں اور بلا روزے بھی رہتا ہوں، لہٰذا جس نے میری سنت وطریقہ سے انحراف کیا، وہ مجھ سے نہیں۔''

دوسری جگہ آپؐ نے نوجوانوں کو مخاطب کر کے فرمایا:

''نوجوانو! جن کو قوت مباشرت ہو، اسے شادی کر لینی چاہیے۔ اس لئے کہ اس سے نگاہ محفوظ رہتی ہے اور شرم گاہ کی حفاظت ہوتی ہے اور جو اس کی استطاعت نہیں رکھتا، اسے روزہ سے رہنا چاہیے۔ اس لئے کہ روزہ اس کیلئے ڈھال ہے۔''

حضرت جابرؓ نے جب ایک شادی شدہ عورت سے نکاح کیا تو آپؐ نے ان سے فرمایا:

''تم نے کنواری عورت سے شادی کیوں نہ کی کہ تم اس سے کھیلتے اور وہ تمہارے ساتھ کھیلتی۔''

ابن ماجہ نے اپنی سنن میں انس بن مالکؓ کی حدیث روایت کی ہے۔ انہوں نے بیان کیا کہ پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ جو شخص اللہ سے پاک وصاف حالت میں ملنا چاہتا ہے، اسے آزاد عورتوں سے شادی کرنی چاہیے۔

اور سنن ابن ماجہ میں ہی حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے مرفوعاً روایت ہے کہ آپؐ نے فرمایا کہ دو اٹوٹ پیار ومحبت کرنے والوں کیلئے نکاح سے بہتر کوئی چیز ہم نے نہیں پائی۔

صحیح مسلم میں عبداللہ بن عمر سے روایت ہے کہ رسول خداؐ نے فرمایا:

''دنیا ایک پونجی ہے اور دنیا کی سب سے عمدہ پونجی نیک بیوی ہے۔''

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اپنی امت کے لوگوں کو حسین وجمیل دیندار کنواری عورتوں سے شادی کرنے کی ترغیب دلاتے تھے اور سنن نسائی میں حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے۔

حضرت ابو ہریرہؓ نے بیان کیا کہ:

''نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے دریافت کیا گیا کہ بہترین عورت کی کیا خصوصیت ہے؟ آپؐ نے فرمایا کہ جب شوہر اس کی طرف دیکھے تو اس کو خوش کر دے اور جب کسی کام کا حکم دے تو اس کی تعمیل کرے اور شوہر کی مخالفت اپنے بارے میں اور اس کے مال میں نہ کرے۔''

صحیحین میں حضرت ابو ہریرہؓ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے روایت کرتے ہیں۔

Scanned with CamScanner

آپؐ نے فرمایا:

''عورت سے شادی اس کے مال، اس کے حسب ونسب، اس کے حسن و جمال یا اس کی دینداری کی بنیاد پر کی جاتی ہے تو دیندار عورت سے شادی کرنے میں کامیابی حاصل کر، تیرے ہاتھ خاک آلود ہوں۔''

آپؐ زیادہ بچہ جننے والی عورت سے شادی کرنے کی ترغیب دلاتے اور بانجھ عورت کو ناپسند فرماتے۔ جیسا کہ سنن ابو داؤد میں معقل بن یسارؓ سے روایت ہے کہ ایک شخص نے خدمت نبویؐ میں حاضر ہو کر عرض کیا کہ مجھے ایسی عورت سے عشق ہے جو عالی خاندان کی ہے اور حسین و جمیل بھی ہے مگر وہ بانجھ ہے۔ کیا میں اس سے شادی کرلوں؟ آپؐ نے فرمایا نہیں، پھر دوبارہ حاضر ہوا۔ آپؐ نے پھر اس کو روکا۔ جب تیسری بار آیا تو آپؐ نے فرمایا:

''زیادہ بچہ جننے والی بے انتہا پیار و محبت کرنے والی عورت سے شادی کرو کہ میں بروز قیامت تمہاری کثرت کو دیکھ کر دیگر امتوں پر فخر کروں گا۔''

مباشرت سے پہلے کے آداب

آدمی کو جماع کرنے سے پہلے بیوی کے ساتھ کھیل کود، بوسہ بازی کرنا اور زبان چوسنا چاہیے۔ رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم جماع سے قبل اپنی بیوی کے ساتھ کھیلتے تھے اور ان کا بوسہ لیتے تھے۔

ابو داؤد نے اپنی سنن میں روایت کیا کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم جماع سے پیشتر حضرت عائشہؓ کا بوسہ لیتے اور ان کی زبان چوستے تھے۔

جابر بن عبداللہؓ سے روایت ہے۔ انہوں نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے ملاعبت سے پیشتر جماع کرنے سے منع فرمایا ہے۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم کبھی تمام ازواج مطہرات کے ساتھ جماع کرتے، پھر ایک بار غسل کر کے پاکی حاصل کر لیتے اور کبھی ہر ایک کیلئے الگ الگ غسل فرماتے۔ امام مسلم نے صحیح مسلم میں حضرت انسؓ سے روایت کیا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم اپنی ازواج مطہرات سے مباشرت فرماتے۔ پھر ایک مرتبہ غسل فرمالیتے۔

ابو داؤد نے سنن میں ابو رافع مولیٰ رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم سے روایت کی ہے کہ آپؐ نے ایک رات تمام ازواج مطہرات سے مباشرت فرمائی اور ہر ایک سے مباشرت کے بعد غسل فرمایا۔ میں نے عرض کیا کہ اے اللہ کے رسول ﷺ! آپ سب کے بعد ایک مرتبہ غسل فرما لیتے۔ آپؐ نے فرمایا، ہاں یہ بات تو درست ہے مگر صفائی طہارت اور پاکیزگی میں یہ بڑھا ہوا ہے۔

جب جماع کرنے والا ایک مرتبہ عورت سے جماع کرنے کے بعد غسل سے پہلے ہی دوسری مرتبہ جماع کی خواہش کرے تو اس کیلئے شریعت نے دو جماع کے وقفہ میں وضو کا حکم دیا ہے۔ چنانچہ امام مسلم نے اپنی صحیح مسلم میں حضرت ابو سعید خدری کی حدیث نقل کی ہے۔
حضرت ابو سعید خدری نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا:

''جب کوئی اپنی بیوی سے ہم بستر ہو اور پھر دوبارہ مباشرت کرنا چاہے تو اسے وضو کر لینا چاہیے۔''

جماع کے بعد غسل اور وضو کر لینے سے ایک قسم کا نشاط پیدا ہوتا ہے۔ دل کو شگفتگی حاصل ہوتی ہے اور جماع سے بعض تحلل کی تلافی بھی ہو جاتی ہے اور اعلیٰ درجہ کی پاکیزگی اور طہارت ہو جاتی ہے اور اس کے ذریعہ حرارت عزیزی بدن کے اندرونی حصہ میں اکٹھا ہونے کی ضرورت پوری ہو جاتی ہے جبکہ جماع کی وجہ سے یہ حرارت منتشر ہو جاتی ہے اور نظافت کا برعکس طریقہ بھی ختم ہو جاتا ہے جو جماع کیلئے اعلیٰ درجہ کی تدبیر ہے اور قوی جسمانی اور صحت کی پوری حفاظت بھی ہو جاتی ہے۔

جماع کا بہترین وقت اور دیگر زریں اصول

جماع کا بہترین وقت یہ ہے کہ جماع غذا کے ہضم ہونے کے بعد کیا جائے۔ بدن میں اعتدال ہو نہ گرمی ہو نہ ٹھنڈک نہ خشکی اور نہ رطوبت نہ امتلاء شکم ہو اور نہ شکم بالکل خالی ہو۔ البتہ پیٹ بھر کر جماع کرنے سے جو ضرر ہوتا ہے، وہ خالی پیٹ جماع کرنے سے ہونے والے ضرر کے مقابل کمتر ہوتا ہے۔ اسی طرح کثرت رطوبت کے موقع پر جماع کرنے سے جو ضرر ہوگا، وہ یبوست کے وقت جماع کرنے سے ہونے والے ضرر سے کم ہوگا اور حرارت بدن کے

Scanned with CamScanner

وقت جماع برودت کے وقت کیے جانے والے جماع سے کم نقصان دہ ہوگا۔ آدمی کو پوری طرح جوش اور شہوت کے وقت ہم بستر ہونا چاہیے کہ آدمی کا عضو تناسل پوری طرح ایستادہ ہو اور اس استادگی میں کسی تکلف اور کسی تخیل صورت کو دخل نہ ہو اور نہ بار بار عورت کو دیکھنے کے باعث ہو اور یہ بھی مناسب نہیں کہ خوانخواہ شہوت جماع کو ابھارے اور خود کو بلا ضرورت اس میں مشغول کرے۔ البتہ اگر کثرت منی ہو، ایستادگی پوری ہو اور شہوت بھی پورے طور پر ہو اور جماع کرنے کی غیر معمولی خواہش ہو تو جماع کرنا چاہیے۔ ایسی بوڑھی عورتوں اور کمسن لڑکیوں سے جماع نہ کریں جن سے لوگ عادتاً جماع نہیں کرتے یا ایسی عورت جس کو خواہش جماع نہ ہو۔ مریضہ اور بدشکل نفرت انگیز عورتوں سے جماع کرنے سے قوئ جسمانی کمزور ہوتے ہیں اور یوں بھی جماع کی خاصیت ضعف پیدا کرنا ہے اور بعض اطباء کا جو یہ خیال ہے کہ شادی شدہ عورتوں سے جماع کرنا کنواری لڑکیوں سے زیادہ مفید اور صحت کیلئے نفع بخش ہے، ان کا خیال بالکل غلط ہے اور ان کا یہ قیاس مبنی برفساد ہے۔ اس سے بہتیروں نے گریز کیا اور یہ بات عقلاء اور دانشوروں کے خلاف ہے اور اس پر طبیعت و شریعت کا بھی اتفاق نہیں۔

کنواری عورتوں سے جماع کرنے میں عجیب خاصیت ہے۔ اس عورت اور اس سے جماع کرنے والے مرد کے درمیان گہری محبت پیدا ہو جاتی ہے۔ عورت کا دل شوہر کے پیار و محبت سے لبریز ہوتا ہے اور دونوں کی محبت کے درمیان کوئی دیوار حائل نہیں ہوتی اور یہ تمام لذت و محبت شادی شدہ عورت میں نہیں پائی جاتی۔

چنانچہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے خود حضرت جابرؓ سے فرمایا کہ کیوں نہیں تو نے کسی کنواری عورت سے شادی کر لی اور اللہ سبحانہ وتعالیٰ نے جنت میں جن حوروں کو ازدواجی تعلق کیلئے رکھ چھوڑا ہے، وہ کنواری ہوں گی۔ کسی نے ان کو چھوا بھی نہیں ہوگا، صرف وہی جنت میں چھو سکیں گے جن کے حصے میں وہ آئیں گی۔ حضرت عائشہؓ نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم سے عرض کیا کہ اگر آپ کا گذر ایسے درخت سے ہو جس میں اونٹ چر گیا ہو اور ایسے دوسرے درخت سے گذر ہو جس میں سے ابھی کسی اونٹ نے منہ نہ لگایا ہو تو ان دونوں میں سے اپنے اونٹ کو آپ کہاں چرانا پسند کریں گے؟ آپؐ نے فرمایا کہ جس میں ابھی تک کسی اونٹ نے منہ نہ لگایا ہو۔ اس تمثیل سے مراد وہ کنواری لڑکی ہے جس کو ابھی تک کسی مرد نے

ہاتھ نہ لگایا، وہ میں ہی ہوں۔

کسی پسندیدہ عورت سے جماع کرنے کے بعد منی کے کثیر اخراج کے باوجود بدن میں ہلکی سی کمزوری کا احساس ہوتا ہے اور قابل نفرت ناپسند عورت سے جماع کرنے کے بعد بدن کو بے حد کمزوری کا احساس ہوتا ہے گو کہ اخراجِ منی کم ہو اور حائضہ عورت سے جماع کرنا فطرت و شریعت دونوں کے خلاف ہے اور یہ نہایت ضرر رساں ہے۔ تمام اطباء اس سے کلی طور پر پرہیز کرنے کا مشورہ دیتے ہیں۔

جماع کیلئے سب سے عمدہ صورت یہ ہے کہ مرد عورت کے اوپر ہو اور ملاعبت اور بوسہ بازی کے بعد عورت کو چت لٹا کر اس سے جماع کرے۔ اسی وجہ سے عورت کو فراش کہتے ہیں۔ خود پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا الولد للفراش یعنی لڑکا عورت کیلئے ہے۔ یہاں عورت کو فراش سے تعبیر کیا گیا اور یہ مرد کی عورت پر مکمل حاکمیت کو ثابت کرتا ہے جیسا کہ ارشاد باری ہے کہ مرد عورتوں پر حاکم مقرر کیے گئے ہیں۔

اور اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

''وہ (عورتیں) تمہارے لئے لباس ہیں اور تم (مرد) ان کی پوشش ہو۔''

اور اس انداز میں جماع کرنے سے لباس کا معنی پورے طور پر صادق آتا ہے۔ اس لئے کہ مرد کا فراش اس کیلئے لباس ہے اور اسی طرح عورت کا لحاف اس کا لباس ہے۔ غرض جماع کا یہ عمدہ انداز اسی آیت سے ماخوذ ہے اور یہی انداز شوہر و بیوی میں سے ہر ایک کا دوسرے کیلئے لباس ہونے کا استعارہ بہتر طور پر کام دیتا ہے اور اس میں ایک دوسرا پہلو بھی ہے۔ وہ یہ کہ جماع کے وقت عورت کبھی کبھی مرد سے بالکل چمٹ جاتی ہے۔ اس طرح عورت مرد کیلئے ایک لباس کی طرح بن جاتی ہے۔

جماع کی بدترین صورت یہ ہے کہ عورت مرد کے اوپر ہو اور مرد پشت کے رخ سے عورت سے جماع کرے۔ یہ طبعی شکل کے بالکل مخالف ہے جس انداز پر اللہ تعالیٰ نے مرد و عورت کو پیدا فرمایا ہے بلکہ یوں کہیے کہ نر اور مادہ کو پیدا کیا۔

اس میں بہت سی خرابیاں ہیں۔ منجملہ ان خرابیوں میں سے ایک خرابی یہ ہے کہ منی کا پوری طرح سے اخراج دشوار ہوتا ہے اور کبھی عضو مخصوص میں منی کا کچھ حصہ باقی رہ جاتا ہے جو متعفن

Scanned with CamScanner

ہو کر فاسد ہو جاتا ہے۔ جس سے جماع کرنے والا نقصان اٹھاتا ہے اور کبھی کبھی یہ بھی ہوتا ہے کہ فرج کی رطوبات عضو تناسل میں بہہ کر چلی جاتی ہیں۔ اس طرح سے رحم کو پوری طرح سے منی کو قابو میں رکھنا اور روکنا مشکل ہوتا ہے۔ چنانچہ تخلیق میں دقت ہوتی ہے۔ نیز طبعی اور شرعی طور پر اس کام کیلئے عورت مفعول ہے تو جب فاعل بن جائے گی تو یہ طبیعت و شریعت دونوں کے خلاف ہوگا اور اہل کتاب اپنی عورتوں سے جماع ان کے پہلو کے بل کنارے سے کیا کرتے تھے اور کہتے تھے کہ یہ طریقہ جماع عورت کیلئے آسان ترین ہوگا۔

قریش اور انصار اپنی عورتوں سے پیچھے کی طرف سے جماع کرنا پسند کرتے تھے۔ اس کو یہود نے معیوب قرار دیا۔ اس پر خدا نے یہ آیت کریمہ نازل فرمائی۔

''تمہاری عورتیں تمہارے لئے کھیتی ہیں جس طرف سے چاہو اپنی کھیتی میں آؤ۔''

صحیح بخاری و مسلم میں حضرت جابرؓ سے روایت ہے۔ انہوں نے بیان کیا کہ یہود کا خیال تھا کہ جب کوئی مرد اپنی بیوی سے پیچھے کی طرف سے اس کی فرج میں جماع کرتا ہے تو بچہ بھینگا پیدا ہوتا ہے۔ اس پر اللہ تعالیٰ نے یہ آیت کریمہ نازل فرمائی۔

صحیح مسلم کی ایک روایت بایں الفاظ ہے کہ اگر خواہش ہو تو آگے کی جانب سے یا پیچھے کی جانب سے جماع کرے۔ اس میں کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ یہ یاد رہے کہ جماع صرف ایک ہی سوراخ یعنی فرج ہی میں ہو۔

عورت کی سرین میں جماع کرنے کو تاریخ میں کسی نبی برحق نے مباح نہیں قرار دیا اور جس نے بعض اسلاف کی طرف یہ نسبت کی کہ انہوں نے عورت کی سرین میں جماع کرنے کو مباح قرار دیا۔ انہوں نے غلط بیانی سے کام لیا۔

چنانچہ سنن ابو داؤد میں حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے۔ انہوں نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا کہ وہ شخص ملعون ہے جو عورت کی سرین میں جماع کرے۔

احمد اور ابن ماجہ کی روایت کے الفاظ تو اس سے بھی زیادہ سخت ہیں کہ اللہ تعالیٰ اس شخص کی طرف نظر رحمت نہیں کرے گا جس نے اپنی عورت کے مقعد میں جماع کیا اور ترمذی و احمد بن حنبلؒ کے الفاظ یوں ہیں:

''جو شخص حائضہ عورت سے یا اپنی بیوی سے اس کی مقعد میں جماع کرے یا کسی کاہن

کے پاس جائے اور اس کی بات کی تصدیق کرے تو اس نے پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم کی شریعت کا کلیتہً انکار کیا۔''

اور بیہقی کے الفاظ اس طرح ہیں کہ مردوں اور عورتوں میں سے جس نے بھی کسی مقعد میں کچھ کیا تو اس نے کفران نعمت الٰہی کیا۔

مصنف وکیع میں روایت ہے کہ مجھ سے زمعہ بن صالح نے حدیث بیان کی۔ انہوں نے طاؤس سے انہوں نے اپنے باپ سے اور ان کے باپ نے عمرو بن ربیع سے روایت کی ہے اور عمرو بن ربیع نے عبداللہ بن یزید سے روایت کی۔ انہوں نے بیان کیا کہ عمر بن خطابؓ نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ حق بات کہنے سے شرم نہیں کرتا۔ عورتوں کی سرین میں تم لوگ جماع نہ کرو اور ایک مرتبہ فرمایا کہ ان کی مقعدوں میں جماع نہ کرو۔

ترمذی میں طلق بن علی سے روایت ہے۔ انہوں نے بیان کیا پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا کہ عورتوں کی سرین میں جماع نہ کرو۔ اللہ تعالیٰ حق بات کہنے سے شرم نہیں کرتا۔

اور ''الکامل'' میں ابن عدی کی ایک حدیث ہے جس کو محاملی سے انہوں نے سعید بن یحییٰ بن جبیر اموی سے روایت کیا۔ انہوں نے بیان کیا کہ مجھ سے محمد بن حمزہ نے حدیث بیان کی۔ انہوں نے زید بن رفیع سے۔ انہوں نے ابو عبیدہ سے اور انہوں نے عبداللہ بن مسعود سے مرفوعاً روایت کیا۔ آپؐ نے فرمایا کہ عورتوں کی سرین میں جماع نہ کرو۔

حضرت ابوذر نے بھی مرفوعاً روایت کی ہے کہ پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم نے فرمایا کہ جو عورتوں یا مردوں کی مقعد میں جماع کرے، وہ خدا اور رسول کا منکر ہے۔

اسماعیل بن عیاش نے سہیل بن ابی صالح نے انہوں نے محمد بن منکدر سے اور انہوں نے جابر بن عبداللہ سے مرفوعاً روایت کی ہے کہ آپؐ نے فرمایا کہ خدا سے شرم کرو کہ خدا حق بات کے کہنے سے شرماتا نہیں کہ عورتوں کی مقعد میں جماع نہ کرو۔ اسی حدیث کو دار قطنی نے ان لفظوں میں بیان کیا کہ اللہ تعالیٰ حق بات کہنے سے شرماتا نہیں، تمہارے لئے جائز نہیں کہ عورتوں کی سرین میں جماع کرو۔

علامہ بغویؒ نے بیان کیا کہ مجھ سے ہدبہ نے حدیث بیان کی۔ انہوں نے کہا کہ مجھ سے

Scanned with CamScanner

ہمام نے حدیث بیان کی۔ انہوں نے بیان کیا کہ قتادہ سے پوچھا گیا کہ جو شخص اپنی بیوی کے مقعد میں جماع کرے، اس کا کیا حکم ہے؟ آپؒ نے فرمایا کہ مجھ سے عمرو بن شعیب نے عن ابیہ عن جدہ کے واسطہ سے حدیث بیان کی کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ یہ لواطت صغریٰ ہے۔

مسند میں عبداللہ بن عباس سے روایت ہے کہ عمر بن خطابؓ خدمت نبویؐ میں تشریف لائے اور عرض کیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں تو برباد ہو گیا۔ آپؐ نے دریافت کیا کہ تمہاری بربادی کا کیا سبب ہے؟ انہوں نے بیان کیا کہ کل رات میں نے اپنی بیوی سے پیچھے سے جماع کر لیا۔ آپ نے کوئی جواب نہیں دیا کہ وحی نازل ہوئی اور یہ آیت کریمہ نسآؤکم حرث لکم رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر نازل ہوئی۔ یعنی آگے سے بھی اور پیچھے سے بھی جماع کرو، اس میں کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ حائضہ عورت اور عورت کی دبر میں جماع کرنے سے بچو۔

براء بن عازب سے مرفوعاً روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ اس امت کے دس قسم کے لوگ خدا بزرگ و برتر کے منکر ہیں۔ قاتل، جادوگر، دیوث، بیوی کی سرین میں جماع کرنے والا، زکوٰۃ نہ دینے والا اور جو شخص وسعت رکھتے ہوئے فریضہ حج ادا کیے بغیر مر گیا، شراب خور، فتنہ برپا کرنے والا، اسلام کے خلاف برسرپیکار لوگوں کو ہتھیار بیچنے والا اور جو شخص ذوی المحارم سے نکاح کرے۔

اور مسند حارث بن ابی اسامہ میں ابو ہریرہؓ و ابن عباسؓ کی حدیث مذکور ہے۔ ان دونوں نے بیان کیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اپنی وفات سے پہلے ہم لوگوں کو خطبہ دیا اور مدینہ طیبہ میں آپ کا یہ آخری خطبہ تھا۔ اس کے بعد آپ کا وصال ہو گیا۔ اس خطبہ میں آپؐ نے ہم کو نصیحت کرتے ہوئے فرمایا:

''جو شخص کسی عورت کی سرین یا مرد یا لڑکا کی مقعد میں مباشرت کرے وہ قیامت کے دن اس حال میں اٹھایا جائے گا کہ اس سے مردار سے بھی زیادہ بدبو آئے گی جس سے تمام لوگ پریشان ہو جائیں گے تا آنکہ وہ داخل جہنم ہو جائے گا۔ خدا اس کے اعمال خیر کو برباد کر دے گا اور اس کو اس کی واپسی یا معاوضہ نہ ملے گا اور آتشیں تابوت میں اس کو داخل کیا جائے گا

اور اس کے اوپر آتشیں کیلیں بھی ٹھونکی جائیں گی۔''

حضرت ابو ہریرہؓ نے بیان کیا کہ جس نے اس فعل بد سے توبہ نہ کی، اس کیلئے یہ عذاب ہے۔

قابل غور بات یہ بھی ہے کہ جب اللہ تعالیٰ نے ایام حیض میں عارضی ضرر کی وجہ سے فرج میں جماع کرنا حرام قرار دیا تو پھر مقعد میں جماع کرنا کیسے قابل قبول ہوگا جو دوامی آلائش کا مقام ہے۔ مزید برآں اس کے مفاسد بھی غیر معمولی ہیں۔ اس لئے کہ اس سے انقطاع نسل کا فساد تو پیدا ہوتا ہی ہے پھر یہ اباحت عورتوں کی مقعد سے لڑکوں تک پہنچ کر مزید مفاسد کا ذریعہ بن جائے گی۔

اس کے علاوہ اس سے حقوق نسوانی کا تلف کرنا بھی لازم آئے گا۔ اس لئے کہ عورت سے جماع کرنا عورت کا حق ہے اور مقعد میں جماع کرنے سے یہ حق بری طرح مجروح ہوتا ہے نہ عورت کی خواہش کی تکمیل ہوگی اور نہ مقصود جماع حاصل ہوگا۔

دوسری بات یہ ہے کہ مقعد اس کام کیلئے نہیں بنائی گئی اور نہ اس کی تخلیق کا یہ مقصد ہے بلکہ جماع کیلئے فرج ہی ہے، لہٰذا جو لوگ فرج کو چھوڑ کر مقعد کی طرف رخ کرتے ہیں، وہ شریعت اور حکمت الٰہی دونوں ہی کے منکر ہیں۔

علاوہ ازیں یہ مردوں کیلئے ضرر رساں بھی ہے۔ اسی لئے تو عقلاء و اطباء اس سے روکتے ہیں اور فلاسفہ بھی اس کو سفاہت و جہالت پر محمول کرتے ہیں۔ اس لئے کہ فرج میں قوت جاذبہ ہوتی ہے جو مرد کی رکی ہوئی منی کو جذب کر لیتی ہے جس سے مرد کو آرام ملتا ہے اور مقعد میں جماع کرنے سے رکی ہوئی منی کا پوری طرح اخراج نہیں ہو پاتا۔ ایک تو مقعد کے بیرونی سوراخ کی تنگی، دوسرے مفعول کے متاول ہونے کی وجہ سے عضو مخصوص کو جلد از جلد اس سے باہر نکالنے کی خواہش ہوتی ہے۔ اس لئے کہ لواطت غیر طبعی مجامعت ہے۔

اس سے ایک دوسرے طریقہ سے بھی ضرر پہنچتا ہے۔ وہ یہ کہ مقعد کے سوراخ کی تنگی کے باعث عضو مخصوص کو اس میں داخل کرنے میں بڑی جدوجہد کرنی پڑتی ہے جس سے آدمی جلدی تھک جاتا ہے اور خلاف امر فطری کا احساس الگ ہوتا ہے۔

مقعد گندگی اور آلائش کا مقام ہے اور لواطت کرتے وقت اپنی تمام آلائشوں کے ساتھ

Scanned with CamScanner

سامنے ہوتی ہے اور بعض اوقات عضو مخصوص آلائش سے آلودہ ہو جاتا ہے۔

عورت کو بھی اس سے سخت نقصان ہوتا ہے۔ اس لئے کہ یہ کام اس کی طبیعت و فطرت کے بالکل خلاف ہوتا ہے جس سے انتہائی نفرت اور غیر معمولی وحشت پیدا ہوتی ہے۔

اس فعل بد کے باعث انسان کو رنج و غم سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ مستقبل میں افزائش نسل کی طرف سے مایوسی اور ماضی میں ضیاع قوت کا غم لاحق ہوتا ہے۔ دوسرے فاعل اور مفعول ایک دوسرے سے نفرت کرنے لگتے ہیں۔ اس سے چہرہ سیاہ ہو جاتا ہے اور سینے کا نور ختم ہو کر ظلمت آ جاتی ہے اور دل کی روشنی مدھم پڑ جاتی ہے اور اس کے چہرے پر ہونق کی طرح وحشت برستی رہتی ہے جس کو ادنیٰ فراست والا دیکھ کر بھانپ لیتا ہے۔ آخر میں سخت نفرت اور باہمی بغض و کینہ دونوں کے درمیان پیدا ہو جاتا ہے اور ازدواجی تعلق ٹوٹنے کی منزل تک پہنچ جاتا ہے۔ اس سے کوئی بچ نہیں سکتا۔ اس کا انجام بہرحال بھگتنا ہی پڑے گا۔

علاوہ ازیں فاعل و مفعول (شوہر و بیوی) کے حالات اس حد تک پیچیدہ ہو جاتے ہیں جن کی اصلاح کی کوئی صورت باقی نہیں رہتی البتہ اگر کسی کو اللہ تعالیٰ سچی توبہ کی توفیق عطا کر دے تو اصلاح ممکن ہے۔

نیز اس کار بد سے دونوں کے محاسن یکسر ختم ہو جاتے ہیں اور مصائب اس کی جگہ لے لیتے ہیں۔ اسی طرح دونوں کے درمیان محبت و الفت ختم ہو جاتی ہے اور اس کی جگہ باہمی بغض و کینہ اور ایک دوسرے پر طعن و تشنیع ان کا شیوہ بن جاتا ہے۔

اور یہ فعل نعمتوں کے زوال اور غضب الٰہی کے نزول کا سب سے بڑا سبب ہے۔ اس لئے کہ یہ لعنت و غضب الٰہی کا سب سے بڑا سبب بنتا ہے اور خدا اس کے فاعل سے کنارہ کش ہو جاتا ہے اور فاعل کی طرف ذرا بھی التفات نہیں کرتا۔ اس قابل نفریں فعل کے بعد ہر چیز کی توقع ختم ہو جاتی ہے اور انسان کسی بھی برائی سے محفوظ نہیں رہتا اور وہ بندہ کس طرح زندہ رہ سکتا ہے جس پر لعنت الٰہی اور غضب خداوند برس رہا ہو اور خدا نے اس سے اپنی رحمت کی نظر پھیر لی اور اس کی طرف کبھی بھی نظر کرم نہیں کرتا۔

لواطت سے حیاء و شرم کا کلیتہً خاتمہ ہو جاتا ہے اور حیاء و شرم ہی سے دلوں کی زندگی برقرار رہتی ہے۔ جب دل اسے گنوا دے گا تو پھر ہر قبیح چیز حسین و جمیل اور ہر اچھائی برائی لگنے

لگتی ہے۔ اس وقت انسان کا فساد قلبی اس مرحلہ پر پہنچ جاتا ہے جہاں سے لوٹنا ممکن نہیں ہوتا۔

لواطت سے اس کی طبیعت مسخ ہو جاتی ہے۔ جس ترکیب پر خدا نے اس کی تخلیق فرمائی تھی، وہ ختم ہو جاتی ہے۔ انسان اپنی فطرت سے نکل کر ایسی طبیعت میں تبدیل ہو جاتا ہے کہ خدا نے اس انداز پر کسی حیوان کو مرکب نہیں فرمایا بلکہ وہ طبع منکوس ہے اور جب طبیعت مسخ ہو گئی تو دل بھی مسخ ہو جاتا ہے۔ نہ کوئی عمل خیر باقی رہتا ہے نہ ہدایت تو اس وقت اعمال خبیثہ اور ہیئات شیطانیہ کو عمدہ سمجھنے لگتا ہے اور اب اضطراری طور پر اس کی حالت اس کا عمل اور اس کا انداز گفتگو سب بد سے بدتر ہو جاتا ہے۔

اور اعمال قبیحہ کی انجام دہی میں وہ اتنا جری ہو جاتا ہے کہ اس سے پہلے اس کا تصور بھی نہیں کیا جا سکتا اور یہ بے حیائی آنے والی نسلوں کیلئے ترکہ بن جاتی ہے۔ کمینہ پن سفلہ پن اور رذالت کی سب سے نچلی سطح پر اتر آتا ہے اور بے شرمی اور نفرت کا لبادہ پہن لیتا ہے اور لوگ بھی اس کو اسی لبادہ میں دیکھنا پسند کرتے ہیں۔ لوگ اسے کمین و رذیل سمجھتے ہیں اور ہر شخص اس کو ایک گھٹیا اور کمتر انسان جانتا ہے۔

خدا کی بیشمار رحمتیں اور اس کی سلامتی اس ذات اقدس پر نازل ہو جس کی ہدایت و شریعت کی اتباع سے ہم کو سعادت دارین نصیب ہوئی اور جس کی مخالفت نے ہم کو دونوں جہاں کی تباہ و بربادی کے راستے پر ڈال دیا۔ صلی اللہ علیہ وعلیٰ آلہ وصحبہ وسلم۔

مضرت رساں جماع

مضرت رساں جماع کی دو اقسام ہیں۔ ایک تو شرعی طور پر مضر ہے اور دوسرے فطری طور پر نقصان دہ ہے۔ شرعی طور پر مضرت رساں جماع حرام ہے۔ اس کے چند درجات ہیں جو اپنی نوعیت و مراتب کے اعتبار سے مختلف ہیں۔ بعض حالات میں تحریم لازم عائد ہوتی ہے اور بعض جگہوں پر تحریم عارض۔ تحریم عارض تحریم لازم سے کمتر درجہ کی ہے۔ جیسے حالت احرام، روزے، اعتکاف میں جماع کی تحریم یا حائضہ عورت سے وطی کرنے کی تحریم وغیرہ کہ ان تمام صورتوں میں جماع کرنے پر کوئی شرعی حد جاری نہیں ہوتی۔

تحریم لازم کی دو اقسام ہیں، پہلی صورت یہ ہے کہ اس میں حلت کی کوئی صورت نہ ہو۔

Scanned with CamScanner

جیسے محرم عورتوں سے جماع کرنا کہ یہ بدترین قسم کی مباشرت ہے۔ ایسے لوگوں کو علماء کی ایک جماعت مثلاً امام احمد حنبل وغیرہ کے نزدیک قتل کر دینا واجب ہے۔ اس سلسلے میں ایک حدیث مرفوع بھی موجود ہے۔

دوسری قسم یہ ہے کہ جس کا حلال ہونا ممکن ہو جیسے کسی شادی شدہ اجنبی عورت سے زنا کرنے میں دو طرح کے حقوق کا ضیاع ہوتا ہے۔ ایک حق خداوندی اور دوسرا شوہر کا حق اور اگر جبراً اس کے ساتھ زنا کیا گیا تو تین حقوق تلف ہوتے ہیں اور اگر اس کے اعزہ و اقرباء ہوں جو اس فعل شنیع کو عار سمجھتے ہوں تو چار حقوق پامال ہوتے ہیں اور اگر وہ زانی کی محرم ہے تو اس میں پانچ حقوق تلف ہوتے ہیں۔ ایسی جماع کی مضرتیں تو ہم کے احاطہ حساب سے شمار کرتی ہیں۔

اور طبعاً ضرر رساں جماع کی بھی دو قسمیں ہیں۔ ایک قسم وہ ہے جس میں ضرر کیفیت کے اعتبار سے ہو، جس کا بیان اوپر گزر چکا ہے اور دوسری قسم وہ ہے جس میں مقدار و کمیت کے لحاظ سے مضرت ہو مثلاً کثرت جماع کہ اس سے قوت کم ہو جاتی ہے۔ اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں۔ رعشہ، فالج اور تشنج جیسی مہلک بیماریاں گھیر لیتی ہیں اور نگاہ اور دیگر اعضاء میں کمزوری آ جاتی ہے اور حرارت غریزی بجھ جاتی ہے۔

جماع کا بہترین وقت غذا کے معدہ میں ہضم ہو جانے کے بعد ہی ہے۔ ساتھ ہی ساتھ موسم کی مناسبت بھی ضروری ہے۔ بھوک کے وقت جماع کرنا ممنوع ہے۔ اس سے حرارت غریزی کم ہو جاتی ہے اور بھرے پیٹ کی حالت میں بھی جماع نہیں کرنا چاہئے کیونکہ ایسے وقت میں جماع کرنے سے شدید امراض پیدا ہوتے ہیں۔ اسی طرح آدمی تھکا ماندہ ہو تب بھی جماع مضر ثابت ہوتی ہے۔ نیز غسل کرنے اور استفراغ کے بعد اور اسی طرح کسی نفسانی کیفیت مثلاً رنج و غم یا فرط مسرت و شادمانی کے وقت بھی جماع سب سے مضر ہے اور جماع کا عمدہ وقت رات کا ایک حصہ گزر جانے کے بعد ہے جبکہ غذا کا ہضم اس کا متقاضی نہ ہو۔ پھر جماع کے بعد غسل یا وضو کرے اور سو جائے۔ جماع کے بعد غسل کرنے کے بعد سونے سے اس کی ضائع شدہ قوت بازیاب ہو جاتی ہے اور جماع کے بعد حرکت و مشقت سے پرہیز کرے کیونکہ اس سے غیر معمولی نقصان کا اندیشہ ہوتا ہے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner

جیسے محرم عورتوں سے جماع کرنا کہ یہ بدترین قسم کی مباشرت ہے۔ ایسے لوگوں کو علماء کی ایک جماعت مثلاً امام احمد حنبل وغیرہ کے نزدیک قتل کر دینا واجب ہے۔ اس سلسلے میں ایک حدیث مرفوع بھی موجود ہے۔

دوسری قسم یہ ہے کہ جس کا حلال ہونا ممکن ہو جیسے کسی شادی شدہ اجنبی عورت سے زنا کرنے میں دو طرح کے حقوق کا ضیاع ہوتا ہے۔ ایک حق خداوندی اور دوسرا شوہر کا حق اور اگر جبراً اس کے ساتھ زنا کیا گیا تو تین حقوق تلف ہوتے ہیں اور اگر اس کے اعزہ و اقرباء ہوں جو اس فعل شنیع کو عار سمجھتے ہوں تو چار حقوق پامال ہوتے ہیں اور اگر وہ زانی کی محرم ہے تو اس میں پانچ حقوق تلف ہوتے ہیں۔ ایسی جماع کی مضرتیں تو ہر ایک صاحب سے ظاہر کرنی چاہئیں۔

اور طبعاً ضرر رساں جماع کی بھی دو قسمیں ہیں۔ ایک قسم وہ ہے جس میں ضرر کیفیت کے اعتبار سے ہو جس کا بیان اوپر گزر چکا ہے اور دوسری قسم وہ ہے جس میں مقدار و کمیت کے لحاظ سے مضرت ہو مثلاً کثرت جماع کہ اس سے قوت گر جاتی ہے۔ اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں۔ رعشہ، فالج اور تشنج جیسی مہلک بیماریاں گھیر لیتی ہیں اور نگاہ اور دیگر اعضاء میں کمزوری آ جاتی ہے اور حرارت غریزی بجھ جاتی ہے۔

جماع کا بہترین وقت غذا کے معدہ میں ہضم ہو جانے کے بعد ہی ہے۔ ساتھ ہی ساتھ موسم کی مناسبت بھی ضروری ہے۔ بھوک کے وقت جماع کرنا ممنوع ہے۔ اس سے حرارت غریزی کم ہو جاتی ہے اور بھرے پیٹ کی حالت میں بھی جماع نہیں کرنا چاہئے کیونکہ ایسے وقت میں جماع کرنے سے شدید امراض پیدا ہوتے ہیں۔ اسی طرح آدمی تھکا ماندہ ہو تب بھی جماع مضر ثابت ہوتی ہے۔ نیز غسل کرنے اور استفراغ کے بعد اور اسی طرح کی نفسانی کیفیت مثلاً رنج و غم یا فرط مسرت و شادمانی کے وقت بھی جماع بے حد مضر ہے اور جماع کا عمدہ وقت رات کا ایک حصہ گزر جانے کے بعد ہے جبکہ غذا کا ہضم اس کا متقاضی نہ ہو۔ پھر جماع کے بعد غسل یا وضو کرے اور سو جائے۔ جماع کے بعد غسل کرنے کے بعد سونے سے اس کی ضائع شدہ قوت بازیاب ہو جاتی ہے اور جماع کے بعد حرکت و ریاضت سے پرہیز کرے کیونکہ اس سے غیر معمولی نقصان کا اندیشہ ہوتا ہے۔

☆☆☆

Scanned with CamScanner